MÁRIO YPIRANGA MONTEIRO

COZINHA POPULAR AMAZONENSE

CULTURA
Edições
Governo do Estado

cozinha popular

AMAZONENSE

JOSÉ MELO
Governador do Amazonas

ROBÉRIO BRAGA
Secretário de Estado de Cultura

ELIZABETH CANTANHEDE
MIMOSA PAIVA
Secretaria Executiva

ANTÔNIO AUSIER RAMOS
Diretor do Departamento de Literatura

CULTURA
Secretaria de Estado

Av. Sete de Setembro, 1546
69005-141 – Manaus-AM-Brasil
Tels.: (92) 3633-2850 / 3633-3041 / 3633-1357
Fax.: (92) 3233-9973
E-mail: cultura@culturaamazonas.am.gov.br
www.culturaamazonas.am.gov.br

MÁRIO YPIRANGA MONTEIRO

cozinha popular AMAZONENSE

Copyright © Secretaria de Estado de Cultura, 2014

EDITOR ANTÔNIO AUSIER RAMOS
COORDENAÇÃO EDITORIAL JEORDANE OLIVEIRA DE ANDRADE
CAPA/PROJETO GRÁFICO ÂNGELO LOPES
EDITORAÇÃO ELETRÔNICA GRÁFICA ZILÓ LTDA.
REVISÃO SERGIO LUIZ PEREIRA
NORMALIZAÇÃO EDIANA PALMA

M772c Monteiro, Mário Ypiranga.

Cozinha popular amazonense / Mário Ypiranga Monteiro. – Manaus: Governo do Estado do Amazonas – Secretaria de Estado de Cultura, 2014.

92p. : il. ; cm.
Inclui Referências Bibliográficas.
Títulos publicados pelo autor.

ISBN 978-85-65409-5x-x

1. Receitas. 2. Comidas típicas.
3. Cozinha Amazonense. I. Título.

CDD 641.59
CDU 641.568(811.3)

2014

GRÁFICA ZILÓ
Rua Ilídio Lopes, 82 - Japiim, AM, 69078-530
Tel.: (92) 2126-2300

WWW.GRAFICAZILO.COM.BR

"O conhecimento é um caminho de construção coletiva onde cada um contribui com o seu punhado de experiências para juntos seguirmos adiante nesta longa estrada da evolução. Temos o privilégio de crescer em uma região rica culturalmente e fonte pujante de Saber, essencial para a produção cultural, artística e científica. Somente através do conhecimento o amazonense poderá compreender seu ambiente e transformar a sua realidade. Conhecer não é apenas necessário, é vital."

José Melo
Governador do Estado do Amazonas

APRESENTAÇÃO

Este trabalho do folclorista Mário Ypiranga Monteiro foi solicitado pela professora e folclorista Cáscia Frade, para publicação pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro. Em razão da não liberação de verba para a edição não só deste, mas de todos os outros trabalhos, que faziam parte do projeto, foi ele devolvido. Agora temos a oportunidade de vê-lo publicado pelo Governo do Estado do Amazonas, por meio da Secretaria de Cultura.

O assunto já foi abordado rapidamente em 1972, na plaqueta sobre *Comidas e Bebidas Regionais*, publicado na Série Turismo, pela Empresa Amazonense de Turismo (Emantur), no governo de João Walter de Andrade. Em 2001, a Secretaria de Cultura publicou uma 2.ª edição fac-similada, na Coleção Documentos da Amazônia, n.º 47.

Este é um trabalho inicial, uma contribuição, pois muito se tem ainda para recolher sobre as nossas comidas e bebidas regionais, entretanto já é um começo. Que outros pesquisadores se juntem aos que já escreveram sobre o assunto e se aprofundem na gastronomia amazonense.

O livro traz inúmeras receitas de comidas típicas da cozinha amazonense. Cozinha que sofreu a influência direta do colono português, além de outras, todavia nós não perdemos o hábito da comida típica transmitida pelos nossos índios.

Manaus, 20 de fevereiro de 2014.
Marita Socorro Monteiro

INTRODUÇÃO I

Apesar da influência portuguesa direta e da francesa indiretamente, além de outros menores como a sírio-libanesa, mais tarde verificadas, os habitantes da região amazonense não perderam o hábito geral de consumir alimentos sólidos e bebidas típicas legados pelo amazoníndio, conservando, principalmente no interior do Estado do Amazonas, uma linha de tradição muito viva.

Naturalmente essa tradição dietética se apoia nos recursos naturais de fácil obtenção, mas mesmo na capital – Manaus – não escapam à verificação diária de qualquer estranho.

Às vezes até experiências seculares persistem como reação ao pressuposto estímulo forâneo, ou são reformulações, mas é inegável que até mesmo o adventício acostuma-se à dieta amazonense. Por outro lado, costumes refugados pela cultura urbana são admitidos ainda pela rural, sem que isso implique em rompimento de um código. O hábito de tomar o alimento com as próprias mãos, à moda árabe, persiste em zonas rurais e não se pode alegar que seja um fato de economia ou de carência de educação social e doméstica.

O alimento assim, reconhecido, não poderia deixar de concorrer à classificação de quatro grupos dos quais somente o último parece-nos ainda ser social e antropologicamente o mais importante. Relaciona-se esse grupamento de acordo com a frequência, qualidade e diversidade de alimentos sólidos e líquidos.

Quando se esperava que o consumo dos alimentos fosse comuns na área comercial e turística dos chamados "restaurantes típicos" e "casas de pasto", apenas diminuta porcentagem prevalece (peixe, caça e frutas) sem a nota característica do preparo. Os legumes, principalmente, deixam de frequentar o cardápio. Comuns na mesa interiorana são ig-

norados na cidade. E certos temperos que substituem com vantagem o colorau importado, a pimenta-do-reino. De acordo com a frequência e a abstenção, podemos discriminar os alimentos em:

a) Comidas e bebidas regionais autênticas;
b) Comidas e bebidas mestiças;
c) Comidas e bebidas forâneas;
d) Comidas e bebidas ritualísticas.

Estas últimas são proverbiais durante a Santa Semana, Natal de Jesus e nos ritos de passagem, interessando também a outros ritos menos ostensivos, presos.

Quando o colono luso penetrou na região amazonense não o fez sem o espanto natural, isto é, sem advertir-se da "diferença" dos manjares e da maneira como tomá-los e/ou adquiri-los. Essa diferença era grande e ele passou a enfrentar um novo conceito meio absurdo a respeito do quê e do como se alimentar-se. Principalmente a respeito do vinho, que a metrópole não lho mandava e cuja importação deveria custar os olhos da cara. Daí que passasse ele a nomear "vinho" às bebidas refrescantes que o índio e o caboco preparavam, de frutas: vinho de caju, vinho de buriti, vinho disso e vinho daquilo. Muitas dessas bebidas correspondiam a um estado de plena embriaguez, quando demasiadamente fermentadas, a exemplo da chicha, do caxiri, da caiçuma. Mas eram de natureza ritualística, mesmo quando oferecidas ao hóspede chegado.

Somente muito mais tarde é que o colono conseguiu manter, à custa do escravo índio e depois do negro, uma constante dietética mais ou menos similar à de origem, ao serem cultivadas as hortas e pomares. As frutas europeias, com exceção da noz e da romã, não se davam bem com o clima adusto e quando produziam como a parreira, eram frutos sem gosto, ácidos. Todavia ele, o colono, conseguiu aclimatar o jambo e a manga da Índia, atualmente encontrados em toda a Amazônia, a me-

lancia e o melão do Oriente próximo, o figo, o limão, a laranja, porque frutas ácidas próprias a temperaturas altas, a climas do tipo equatorial. Essas frutas foram aceitas e são consumidas, mas evidentemente sua constância e presença resumem-se na dependência de cultivo racional intensivo que não existe.

Outras influências adquiridas do colono português e/ou absorvidas à continuação pela sociedade dos homens são limitadas às áreas urbanas e jamais penetram nas zonas rurais, por exemplo, a sopa ou o prato de macarrão (macarronada), pizzas, maioneses, lasanhas, bacalhau, batatas americanas com rótulos portugueses, nabos e rabanetes, cenouras e berinjelas. Aceitaram-se as couves, repolhos, alfaces, pimenta-do-reino em grãos e moída (esta custava muito dinheiro no passado), sal de cozinha, posto que o indígena e o mestiço conhecessem métodos práticos de obtê-lo de vegetais e de certa qualidade de barro. Outros tipos de peixe do salgado e mariscos não entram na cozinha popular amazonense do interior. São finuras perfeitamente dispensáveis e onerosas, embora essa população conheça também crustácea e conchíferos comestíveis, dos últimos uma espécie de ostra produtora de pérolas azuis, róseas, brancas, não industrializadas.

Inegavelmente a civilização e a cultura europeias nos legaram outras comidas típicas ou o gosto pelos confeitos e doces, uma arte onde o mirmidão romano já havia colocado o seu gênio. O que acontece muito recentemente com a sofisticada mesa dos hotéis, onde maítres conseguem escamotear o lídimo prato regional enfeitando-o de nomes esquisitos e de achegos mais ou menos estrambóticos do tipo, só para exemplo, de "tambaqui ao molho de camarão", onde o peixe regional vai perder seu sabor primitivo na hora de acepipe com a intromissão indébita de marisco alienígena e além de tudo salgado. Isto é, naturalmente, uma forma de superpor-se ao simplório, uma vez que a suntuosidade de um prato na aparência vai deslumbrar os olhos do esfomeado usuário, mas não lhe será, para seus órgãos dirigidores, menos maléfico que uma tonelada de carga a mais de um barco exíguo arqueamento.

É bem possível mesmo que a maioria das doenças do fígado etc. aconteçam por via desses deslumbramentos opíparos, onde a inovação da carne crua e do peixe cru à japonesa serve mais ao exigente conceito de "está na moda" do que às necessidades fisiológicas.

Essa nova experiência, de que nos dão conta os menus fastuosos de alguns hotéis de Manaus do início do século, e talvez de pequenos e modestos restaurantes estrangeiros do tipo ROTISSERIE AMAZONENSE, não advoga a favor de um conceito razoável de "comer bem". Nem mesmo a tão badalada feijoada brasileira poderia competir em termos de riqueza vitamínica com a modesta e ruralíssima caldeirada cosmopolita de peixes, onde o cálcio e o fósforo esmagam as tentativas de encontrar um substituto. Certamente um peru, que não deixa de ser ave americana trazida de volta da Europa na charola dos condimentos e recheios estranhos, – um peru não pode competir com o nosso maravilhoso mutum recheado e posto no forno para colação do Natal. Pois eu vos digo que isso acontece em vilas e cidades amazonenses onde o peru natalino não transpõe a soleira da porta.

Tratando-se da cozinha popular amazonense ela resulta hoje mais um gênero compósito, quando se fala de uma maneira generalizante, mas o mundo amazônico não conhece esse capricho gastronômico quando se permite falar de regiões não visitadas pelo tempero e pelos condimentos europeus. Quem desejar comer ao natural deve acomodar-se a uma perspectiva puramente regional e libertar-se de preconceitos. Isso de saborear coxas de jia nunca foi novidade para o índio, como não seria o hábito de comer camaleão ou rabo de jacaré, por aí assim até churrasco de cobra. Mas que se quer? A civilização e a cultura possuem uma didática exigente, um preconceito esmagador, um tirocínio que progride à margem dos acontecimentos das sinúsias naturais. Embora ela não admita a repetição de fatos consagrados pelo uso, em certas circunstâncias, fecha os olhos maliciosos aos fatos sociais estimulados pelo abuso. E assim, de certo modo, vão os costumes e hábitos sendo modificados ora por uma exigência formal, ora pelo

simples acaso. Que o homem passasse a comer usando extensões (adereços metálicos ou de madeira) dos dedos é coisa que ao árabe e sua cultura parecem contra a lei de Deus que deu ao homem mãos e dedos para isso, mas também era solicitação da filosofia cínica. As sociedades primitivas do Amazonas dispensavam perfeitamente essas extensões, do mesmo modo que dispensam ainda hoje as enormes e sofisticadas tralhas de cozinha. Uma panela de barro somente basta para comunicar ao alimento cozido certa gostosura. Chega-se ao ponto de dizer que panela de feijão e de arroz não se troca para o alimento não perder o sabor. Os únicos implementos usados pelas famílias rurais são a colher de pau para mexer o guisado e às vezes uma ou outra pequena colher de madeira para levar o arroz à boca. Uma sobriedade similar ao do japonês e chinês com seus pausinhos higiênicos.

Quando a civilização se exige nas sociedades rurais e urbanas a cozinha popular não deixa de sofrer abalo na sua cômoda diversidade de alimentos. Já se falou nesse assunto, mas seria bom repisá-lo, lembrando que um prato do tipo pirarucu de casaca ou de cartola não passa de uma reformulação do pirarucu sóbrio, desfiado, preparado com leite de castanha amazonense (noz-do-brasil), jerimum doce ou caboco e condimentos escassos. E daí para uma longa extensão de novidades bárbaras que cozinheiros alienígenas mais interessados em adquirir notoriedade do que servir à barriga dos comilões, oferecem nos restaurantes chiques.

Com esta pequena introdução, queremos colocar de sobreaviso ao nosso leitor, porque certas comidas que vão aparecer aqui, e muito populares, são apenas, como se disse, reformulações um tanto grotescas de pratos regionais velhíssimos.

Por outro lado comidas populares do tipo das que exigem maionese já aspiram nacionalidade amazonense porque são praticamente misturas, remanejamento disso e daquilo, atividades gastronômicas resultantes de um processo de acomodação aculturada.

Há que distinguir na sociedade amazonense pelo menos três ordens de consumidores dessas comidas, a essas ter ordens, que em absoluto são arbitrárias, dependem muito naturalmente da situação econômico-social dos usuários, da sua localização no espaço amazônico e da maior ou menos facilidade de obter-se alimento. O nosso pensamento verificado com base no que se conhece da prática, poderia ser distinguido com uma gradiente em que a base seria a larga perspectiva fundamental indígena e o ápice rarefeito a influência atual provocada na sociedade "alta" pela moda dos pratos raffinés. A classe média andaria se contentando com a miscigenação mais acentuada do primitivo indígena, enquanto que a classe privilegiada optaria por um vago acrescentamento (opção às vezes forçada pelo regresso ao tradicional) das ofertas regionais. Neste particular há necessidade de fazermos uma observação importante: no que se relaciona às frutas e "vinhos" de origem amazonense, a demanda é maior do que na classe média, em virtude do alto custo das ofertas e a intromissão lisonjeira de frutas importadas, do tipo maçã, pera, uva, figo, morango, damasco, ameixa, caqui e outras.

A classe não privilegiada financeiramente deixa na atualidade de comer frutas regionais, mesmo do tipo mais comum e mais difundido, a banana porque lhe custaria "os olhos da cara" uma penca (agora se diz palma) contendo apenas dez bananas. Custa nas feiras e carros de rua uma penca cem cruzados (Cz$100,00) (R$10,00), mas um cupuaçu só se adquire pela quantia de duzentos cruzados (Cz$200,00) (R$20,00)! Com tendência para dia após dia aumentar a oferta, enquanto a procura diminui na proporção do alto custo imposto não pela raridade, mas pela ganância.

Essas e outras condições, a que ajuntamos o problema do peixe fresco, afastam o povo, no tempo, daquela fartura de cerca de quarenta anos antes, quando o jaraqui (peixe de pobre) era vendido em "cambada de seis unidades" ao preço de um cruzeiro (Cr$1,00) e setenta anos

antes à razão de uns mil-réis (Rs. 1.000) a "cambada de dez a quinze unidades". Com vantagem de o usuário adquirir peixes maiores no Mercado Público, na chamada ironicamente pelo povo "hora da creolina", por nonada.

Aquela "hora da creolina" regulava pelas dez horas da manhã, hora em que os fiscais da Prefeitura Municipal começavam a expurgar a carne e peixe fresco, deitando em cima creolina. Claro que o povo só adquiria alimento antes do expurgo. Hoje não mais existe esse sistema e nem se pode adquirir peixe barato, consequentemente se o pobre não apela para o chibé, a que nos referiremos mais tarde, como a fórmula mais barata de alimentar-se, é obrigado a tomar chá de capim-santo ou chicória com bolacha. Ora, esse famoso chibé é também a evasão do caboco nos dias chamados "difíceis", quando não há nem peixe nem caça. Seria o alimento mais clássico da região, bem recebido por gente de estômago heráldico e de vísceras hieráticas, do tipo fidalgo, capitães-mores, padres e bispos, que todos se honraram com a dieta em viagem pelos rios amazonenses ou nos ágapes festivos.

Inclua-se nesse programa alienígena a utilização atual, em grande escala, do leite de coco engarrafado e importado, em substituição ao leite de castanha amazonense (noz-do-brasil), muito mais alimentícia e exportada para o estrangeiro, que dela faz uso suplementar no chocolate. Ainda aqui seria preciso que descobríssemos para os interessados a origem do chocolate com leite de castanha regional? Pois era o que havia de mais comum numa região cacaueira como Santo Antônio de Borda (rio da Madeira), onde a utilização dos caroços do cupuaçu torrados e reduzidos a pó fazia concorrência séria ao produto originário do cacau. Tornou-se famoso em todo o Amazonas o chocolate produzido em Borba, capital da vila acima citada, e não se sabe a razão por que esse e outros produtos de aceitação no mercado consumidor perderam a vez, desapareceram. Talvez porque as famílias que o produziam, Xerez, Paula e Sá, Coutinho, foram desaparecendo, os novos

mudando-se para Manaus e a indústria caseira perdeu a constância, muito embora ainda nos nossos dias continuem a tomar chocolate feito em casa.

A MESA AMAZONENSE

II

A mesa amazonense pode prescindir de acessório do tipo toalhas, guardanapos, adereço de talhares, recipiente para farinha, excetuando-se o caneco ou a cuia para água, se se pretende oferecer-lhe aspecto natural, decididamente rural.

Diversamente, quando o número de comensais é grande, prescinde-se da mesa e cada qual, provido do seu prato, busca um recanto à sombra ou agachado dentro d'água rasa de próximo igarapé comendo sem-cerimônia.

Antigamente, nessas ágapes mais barulhentas do que suntuoso, havia a imprescindível figura humana da saracura, uma ou mais mulheres que rodeavam a mesa, furtando dos pratos os pedaços mais gostosos e deixando aos participantes lesados encabulados. Essa atividade faceta era recebida com festivas gargalhadas e criava um ambiente de familiaridade e de harmonia. Ninguém poderia aborrecer-se porque a gaiatice fazia parte do momento.

Concorrendo com a saracura, um ou mais meninos, usualmente lá para o fim do almoço, quando os ânimos estavam relaxados pelas bebidas/temulentas, se esgueiravam por baixo da mesa e davam de amarrar saias ou cordões de botinas, umas nas outras. Eram os mucuranas. O efeito final seria desopilante, com senhora e cavalheiro a se puxarem, tentando erguer-se da mesa. Ou então furtavam de brincadeira as servilhas às mulheres ou outro qualquer objeto fácil de escamoteado.

Mesa posta, a farinha é acumulada em montículos (um ou dois tipos de farinha, mas geralmente amarela e seca) ao lado de cada prato

e montinho de pimentas de várias tonalidades e espécies. Esse acompanhamento imprescindível nas refeições do índio e do caboco poderia igualmente ser servido na forma de molho à base de vinagre ou de azeite natural, porém a presença do vinagre nem sempre é aceita. A propósito desse molho falaremos depois.

Em certos casos a farinha pode ser substituída por placas de beiju amarelo ou branco, dos tipos que se indicará adiante. De pão de trigo não se fala, pois é luxo nos povoados rurais, mas a bolacha industrializada é encontrada nos flutuantes e regatões, justificando o dito brejeiro popular: "Mulher e bolacha em toda parte se acha". Só nas vilas e povoados mais cerca é que existem panificadoras. O pão do caboco e do índio é o beiju ou tapioca. Por falar nela, sua influência em Portugal vem assegurada pelo romancista Eça de Queirós, em *A Relíquia*.

O consumo ordinário de pimenta, mesmo nos restaurantes e hotéis de Manaus e do interior do Estado, em hipótese alguma tem a ver com qualquer influência alienígena, como costumam propalar os novos cozinheiros e chefes importados e desconhecedores, portanto, da originalidade da cozinha amazonense. A nossa pimenta sempre foi um condimento indígena de natureza a aplicação, pois que o silvícola e o caboco a têm por estimulante sexual e dele não se privam nas suas comedorias.

O índio prepara a pimenta de todas as maneiras possíveis, seja malagueta, murupi ou outra qualquer, mas o principal ingrediente da comida é mesmo o falado e estimado jiquitaia (nome de uma formiga minúscula e de dentada dolorida): a pimenta-malagueta é preparada por torrefação e reduzida a finíssimo pó. Esse condimento é reservado aos fortes, aos turunas. Na caça o caçador não dispensa a pimenta, preparando-a esmagada na cachaça (aguardente de cana).

Os pratos essenciais, de longa tradição, é o peixe e a caça (quadrúpedes e aves, répteis e insetos) a que se ajuntam os quelônios, cetáceos e até mesmo alguns vermes comestíveis.

O peixe, das espécies mais comuns, jaraqui, pacu, sardinha (fluvial), branquinha, piranha, acará, mandi, bodó, e outros de maior porte como a piraíba e o pirarucu, tanto podem ser consumidos na hora como conservados em invólucros de folhas de pacova-sororoca, arumã, bananeira comum, palmas, depois de moqueados ou de assados na brasa. Servem para o café da manhã, o desjejum, à falta de beiju ou macaxeira, cará etc., ao almoço, merenda nas folgas das derribadas ou na roça. É o prato escasso, às vezes de circunstância, quando não melhor no dia a dia.

Ignorando ainda hoje, em certas povoações muito distantes dos centros urbanos os meios técnicos de conservação dos alimentos (frio condicionamento) o índio e o caboco apelam para recursos provenientes de suas experiências milenares, que sempre surtem resultados convincentes. No caso, podem cavar um buraco no chão, forrá-los com folhas, deitar a terra ou barro por cima e fazer um fogaréu de duração nunca inferior a sessenta minutos, conforme vulto de material a ser assado. O calor exterior comunicado ao alimento indiretamente não o queima nem o sabreca (sapeca, como se diz na linguagem popular), mas tosta, e assim fica imputrescível e duradouro, pronto a ser consumido a qualquer momento. Resiste meses, à ação do tempo. Ou então apelam para aquilo que ficou conhecido em todo mundo como *moquém*, e que originou a palavra francesa *boucan* e seus derivados: preparam um jirau (armação de madeira leve atada com cipó, de cerca de um metro de altura por um ou dois de comprimento) e sobre as varas horizontais do jirau ou moquentáua arrumam o alimento envolto em folhas de bananeira ou arumã, feito o quê, sob ele acende um fogo brando que deve ser alimentado sempre. O alimento assim preparado se chama "moqueado", e quando for usado em caminhadas, repasto de caçadas e pescarias, não precisa ser mais cozido nem assado, já está "no ponto". Todavia isso não impede que alguém frite um grande naco de carne ou asse o peixe, ou mesmo venha a cozinhar o moqueado.

Na alimentação rústica do índio ou do caboco seguem-se peixes de maior proporção, tucunaré, tambaqui, dourado, pescada, matrinxã, surubim, arapapá, pirarara, tratados da maneira precedente ou à europeia, estofado, com recheios, condimentos, em postas caldeiradas, costeletas ou ainda desfiados.

É usual que tais peixes e outros sejam preparados na própria banha ou em banha de peixe-boi, tartaruga, a fim de que não percam a substância do seu próprio sabor. Ou em óleos vegetais. O chamado "tambaqui-de-cacete" encontrado vulgarmente nos mercados e feiras de Manaus, proveniente das zonas rurais, passa por ser dos melhores alimentos de "conserva", podendo resistir muitos dias às temperaturas, desde que sabiamente moqueado. Desse preparo em conserva se obtém, por desfiação e socagem em pilão, um produto farináceo de agradável sabor, denominado piracuí, mercadejado em paneiros forrados com folhas de arumã a fim de conservar o sabor primitivo. Essa farinha de peixe serve também de alimento de circunstância nas longas viagens e labores do "centro" da mata, posto que naturalmente seja um tanto salgada. A palavra piracuí significa exatamente: *pirá* = peixe; *cui* = pó; farinha. A quantidade de sal que encontra nesse produto é devido ao cuidado da preservação.

Todavia, nenhum produto alimentício originário da capacidade inventiva do índio foi mais admitido ontem, posto que hoje rara em virtude de leis protecionistas, do que a mixira de peixe-boi e de tartaruga, um alimento que após o processo de fritura, passa a ser conservado na própria banha do animal.

Dos peixes grandes, pirarucu = peixe vermelho, porque sua carne tem essa cor, ou arapaíma, comumente de cerca de dois metros de envergadura por 0,60 de diâmetro e de trinta a oitenta quilos de peso é o mais requerido, podendo ser conservado seco em mantas (piraém) – salgado. Usa-se comê-lo desfiado e cozido com leite de castanha amazonense (noz-do-brasil), legumes regionais ou apenas mamões verdes bem cozidos (a fruta dissera um leite ácido) no próprio recipiente em

que se prepara o peixe. No entanto que se torna mais apreciado o guisado com jerimum (abóbora, como é conhecida em outras regiões do Brasil). Sabe bem frito na própria gordura ou em banha de porco em postas ou costeletas, assado na brasa, mas o melhor pedaço é a ventrecha. Acompanha-se indistintamente com arroz branco ou colorado com urucu, feijão e maniçoba e pimenta. A farinha é indispensável, mas recomenda-se a amarela (farinha-d'água), a farinha de uarini, produzida numa localidade do rio Amazonas, próxima à cidade de Tefé. No melhor dos casos o peixe é acompanhado do pirão mole, ou pirão escaldado, uma mistura de farinha e condimentos com água fervida, quente. Sobre a origem desse pirão, escrevemos artigo dilucidativo, contrariando a ideia alienígena do escritor Câmara Cascudo, que o dava por africano.

Se a vez for da piraíba nova, seu preparo não difere do já referido ao pirarucu, mas aconselham-se os filés do lombo, o fígado, ventrecha e a parte da cabeça, extraordinariamente saborosos. Sopa de cabeça de peixe, bem preparada, deixa água na boca. É um prato reconstituinte. Todavia, esse peixe constitui-se tabu para muitas pessoas, inclusive indígena e é repelido hoje em dia porque não dispensa náufragos.

Nessa lista podemos incluir o tubarão, egresso do mar e fazendo séria concorrência à piraíba, com que se assemelha na voracidade; é, porém, menos aceito ainda e mesmo rejeitado e sua carne não entrou no mercado.

A pescada, peixe de trinta a quarenta centímetros de envergadura e elogiável pela carne tenra, recomendada a convalescente de primeiro grau e assaz consumida nos hospitais de Manaus e nos casos de resguardo. Na mesa gosta-se de servi-la inteira, assada ao forno, estofada, com relativa ajuda de temperos regionais, sem a excedência de outras participações estranhas. Cozida em postas não perde o sabor original. É prato de muita categoria e por isso o peixe é vendido pela hora da morte.

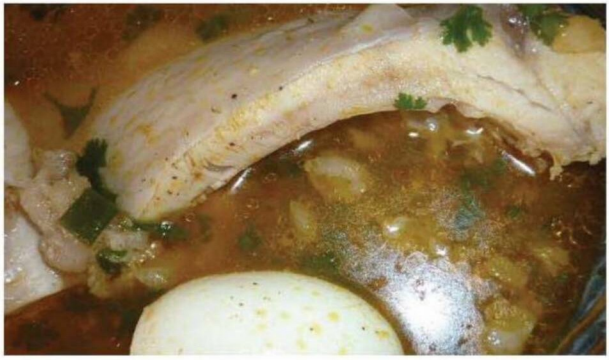
O tucunaré, menor, com até cerca de setenta centímetros de comprimento, é um dos peixes mais saborosos e gabados da região amazônica, não resistindo, porém, muitas horas senão na forma moqueada. É de fácil decomposição, principalmente pescado na lua nova. Entra em todo cardápio de hotel e restaurante, mas nesses cardápios sofisticados abusivamente é misturado o saboroso peixe com molhos de camarão e outras desserventias que lhe tiram o gosto natural. O melhor é comê-lo sobriamente, com os ingredientes aconselhados pela tradição, que são: uma folhinha de alfavaca, cheiro-verde, cebolinha, pimenta-do-reino, pimentão e tomate. Quando frito sabe melhor servido em folha de bananeira.

CALDEIRADA

III

Geralmente o tucunaré é servido em forma de caldeirada, ele aparece também em postas, assado sobre brasas ou cozido.

O nome caldeirada, somente o nome, é novo no conhecimento do povo porque resulta uma influência portuguesa de que o indígena ficou distante. Perceba-se: somente o nome caldeirada. O processo, no entanto, é mais antigo, pois que o indígena e o caboco usavam-no nas grandes festas comunais, empregando de uma só vez toda sorte de peixes pequenos e grandes, cortados em postas a ferver nas grandes talhas de barro denominadas geralmente igaçáuas, mas em nheengatu é inhapepu. A própria caldeirada diz em língua de índio mimoinsáua. A comida é muito comum hoje nos restaurantes da cidade de Manaus, mas em panelas de alumínio e de barro. Sabe melhor feito em casa, em panelas de barro. Pode ser acompanhada com pirão de farinha, ao gosto.



Caldeirada de tambaqui, mas usualmente faz-se do gostoso peixe tucunaré. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

PIRARUCU DE CARTOLA OU CASACA

Pirarucu seco salgado, tomate, cebola, pimentão, cheiro-verde e uma folha de alfavaca. Batata americana (conhecida por portuguesa) e azeite de oliva ou azeite português. Feijão verde, maionese caseira ou de conserva, farinha de uarini, ervilha, azeitonas, leite de castanha amazonense (noz-do-brasil) ou de coco se não houver da outra.

Frite o pirarucu e desfie, separadamente. Cozinhe a batata e feijão verde. Misture o molho de maionese com as verduras. Bote a farinha de molho no leite da castanha ou do coco. Arrume numa travessa as camadas de pirarucu desfiado, verdura e farinha de uarini. Cubra com o creme de maionese. Enfeite a seu gosto e sirva frio.

Precaução: ponha de véspera o pirarucu seco salgado de molho em água, a fim de eliminar parte do excesso de sal.

Pirarucu de casaca ou de cartola. Já sofisticado com banana frita e batata palha. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

MOQUECA DE PIRARUCU

Usa-se o pirarucu fresco, denominado pelo povo frescal.

Cortar o pirarucu em filés não muito grossos, tipo bifes de carne. Colocar as postas em limão, sal e alho. Noutra panela ter um pouco de dendê ou caioé (1/2 garrafinha), bastante cheiro-verde, cebola, tomate, um dente de alho e uma pimenta-murupi verdosa, dependendo da resistência das pessoas que vão pastar a iguaria. Sendo gente costumada à pimenta pode colocar-se duas.

Rala um coco e tira o leite, reservando o bagaço.

Quando estiver quase na hora da refeição, refogar os temperos da panela, colocar o pirarucu e regar com o resto do dendê. Tampar a panela e baixar o fogo. Em último lugar se põe o leite de coco. Serve-se com arroz branco e pirão de farinha miúda.

A farinha é feita da seguinte maneira: colocar água do coco que se reservou à parte (água quente), espreme e colocar o leite na panela de que se retirou o pirarucu. Fazer o pirão escaldado e servir com um pouco do molho.

É de cair para trás.

ABRE-APETITE DE PIRARUCU (bolinhos)

Ingredientes: pirarucu seco; cebola; cheiro-verde, cebolinha, alho, tomate, pimentão e batata "portuguesa", azeite para o refogado.

Primeiramente se põe o pirarucu de molho para evitar o excesso de sal, seis ou sete horas antes de utilizá-lo. Depois cozinha-se e desfia-se, passando na máquina de moer carne, junto com o refogado obtido antes com os ingredientes. Cozinha-se a batata em separado e espreme-se no espremedor e mistura-se com o pirarucu já desfiado. Despejam-se às claras e gemas de dois ou mais ovos (calculando-se a

quantidade a ser servida na mesa), mistura-se tudo amassando com a batata e fazem-se os bolinhos para a fritura em óleo quente.

Nas zonas onde há ainda ovos de tartaruga, os ovos de galinha são substituídos dando assim um tônus de maior nacionalidade aos bolinhos. Estes também podem ser comidos acompanhados de bebidas fortes.

PEIXE COM MOLHO PICANTE

Ingredientes: um quilo de pirarucu fresco (filé) cortado à maneira dos bifes. Um litro de creme de leite. Uma colher de sopa de mostarda. Uma colher de sopa de suco de limão. Sal ao gosto, mas cuidado com a mão pesada. Pimenta-do-reino, uma pitada, de leve. Três ovos, mas vão usar-se apenas três claras e uma gema. Uma colher de sopa de farinha de trigo. Meia (1/2) xícara de picles ou mais.

Modo de fazer o molho picante para ser comido com qualquer peixe, mas principalmente com o pirarucu: bate-se às claras em neve, adicionam-se a gema e o trigo. Neste creme obtido passa-se o peixe em postas e se frita em óleo quente.

À parte faz-se o seguinte molho: creme de leite batido com mostarda, limão e pimenta-do-reino. Depois de bem batido se junta o picles. Arruma-se tudo numa travessa e deita-se o molho por cima do peixe. Coma até pegar o sol com a mão.

MIAPEMIRI DE PIRARUCU
(bolinho de pirarucu)

Ingredientes: pirarucu seco salgado ou farinha de peixe (piracuí); cheiro-verde; cebolinha; alho; pimentão; pimenta-malagueta ou muru-

pi (melhor esta); batata-doce (cará) ou inhame; ou macaxeira; ovos e polvilho de mandioca. Pode-se adicionar salsa.

Lava-se bem o pirarucu, depois de mantê-lo de molho pelo período de seis a oito horas. Cozinha-se misturado com os temperos acima. À parte cozinha-se a macaxeira doce (não mandioca) e unta-se com ovos de tartaruga ou de galinha. Fazem-se os bolinhos e rola-se eles numa tábua onde está o polvilho. Depois se leva o bolinho à fritura em óleo vegetal. Depois de pronto, frito, se desejar, dá-se um ligeiro furo no bolo e derrama-se uma porção minúscula de mel de abelha (não mel de cana) e disfarça-se escabeche. Esse tipo de bolo também conhecido por manuê, pode ser aumentado de volume, se assim se desejar, para festas ou merendas.

Observação: Não é conveniente deitar as claras dos ovos, somente a gema. Igualmente, o bolo não deve ser guardado para muitos dias após a sua feitura. Tem que ser comido fresco.

PIRARUCU COM CHIBÉ

Chibé é uma beberagem simples, na base da farinha seca com água e açúcar, bebida de circunstância, refrescativa. A receita em que se adiciona o pirarucu frito ou mesmo moqueado, não leva água, somente o leite da castanha (tocari ou noz-do-brasil) e leite de gado.

BOLO DE PIRARUCU

Mais ou menos um quarto de pirarucu, seco, correspondente a meio quilo por fartura. Repete-se como de outras vezes que se deve eliminar o teor de sal, deitando o peixe de molho de véspera. Qualquer excesso de sal prejudica o sabor da iguaria.

Ajunte-se manteiga fresca (nunca margarina), farinha de trigo ou polvilho de mandioca, leite fresco de castanha amazonense (noz-do -brasil) ou de coco; ovos de galinha não de granja.

Modo de proceder: obtenha um refogado a que se adicionou uma pitada de sal (cuidado com a mão pesada!) e passe tudo na máquina de moer misturado ao polvilho de mandioca ou farinha de trigo com a manteiga e o peixe. Adicione-se a gema batida e depois as claras em modo de neve. Vai ao forno em forma a que se misturou polvilho ou farinha de trigo, manteiga e a critério, farinha de rosca.

Cozinhe o bolo em banho-maria.

Retorno da pesca do pirarucu.
Foto do Álbum de Manaus, administração António Maia.

Pirarucu frito. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

JARAQUI ENSOPADO EM LEITE DE CASTANHA

Se frita o peixe jaraqui em óleo vegetal.

Em recipiente separado prepara-se o leite da castanha amazonense (noz-do-brasil), reservando-se o bagaço. O preparo do leite, quando não há industrializado, é o seguinte: toma-se a castanha verde e rala-se bem ralada. Deita-se água em proporção ao volume do material ralado e espreme-se num pano limpo de malhas estreitas. Numa travessa deita-se o peixe um a um e derrama-se o leite e sobre este, colheres de sopa do bagaço, até que o peixe fique impregnado do leite da castanha. Serve-se com pimenta (molho ou a pimenta em ser) à parte. Nesse prato não há um acompanhamento obrigatório de farinha, mas isso não impede que o usuário aceite a farinha de uarini ou a d'água. No interior do Estado do Amazonas uma peixada desse tipo ou de outro é sempre favorecido com alguma coisa para esquentar, no caso cachaça com li-

mão. Em outras circunstâncias, se há um filantropo, servem-se batidas de frutas regionais: maracujá, graviola, caju, etc. Em casas de menos prosápia, geralmente nas de pessoas da classe média ou da classe menos favorecida, invés do clássico "abre" aparecem os vinhos regionais de qualquer fruta.

CAÇAROLA DE CAMARÃO E CARANGUEJO

O nome, somente o nome, é novo no conhecimento do povo. O processo porém é mais antigo, pois que o indígena e o caboco já o exploravam com a mesma receita atual.

Há um tipo de camarão (pitu) e de caranguejo (uaçá) do rio, de coloração desmaiada, esbranquiçado, diríamos quase transparente, que se pesca de paneiro forrado com tela fina, ou de puçá (pequena tarrafa ligada a uma vara), pelas beiradas e de que se prepara caçarolada com refogado adicionando-se farofa.

O outro tipo de caranguejo, maior, de envergadura semelhante ao do Pará, muito comum no município de Manacapuru, serve melhor à mesa porque mais rentável. É o auaçu ou siri graúdo, que se come em casquinhos e unhas devidamente preparados da seguinte maneira, tanto o pequeno como o grande: toma-se toda a carne do caranguejo, desfiada, e unta-se com bastante limão a fim de eliminar o almíscar; depois se lava ou espreme-se o conteúdo num pano limpo até eliminar todo o suco do limão, ficando a carne seca. Feito o quê, põe-se o sal e leva-se a carne a refogar com tempero regional: cheiro-verde, pimentão, alho, pimenta-do-reino, tomate. A farinha seca é torrada à parte e passada em peneira para ficar bem aglutinada. Para conseguir-se uma fritura ao gosto, será bom fazê-lo em azeite de caioé ou dendé, porém usa-se também azeite de oliva. O bocado é servido ou na própria concha do caranguejo ou em concha vazia de ostra. Depois de assim servido, o usuário ainda pode adicionar limão ao seu gosto e pimenta- malague-

ta. Existem pessoas que só colocam o azeite após o refogado pronto. Adicione-se uma colher de sopa de dendê e de leite de castanha amazonense (noz-do-brasil) ou de coco.

CAMARÃO FRITO

O mesmo tipo de comestível pode ser obtido com fritadas e colorau queimado. Observe-se que estamos deitando prestígio sobre o camarão fluvial e não o salgado. A fritada pode ser obtida com qualquer tipo de azeite ou gordura animal, por exemplo, azeite de patauá, de caioé ou banha de peixe-boi.

I – SOPA DE SIRI (CARANQUEJO)

Lava-se o siri com bastante limão. Depois se escalda com um pouco de sal e casca de limão. Põe-se bastante alho, cebola de cabeça (cebolinha), pimenta-do-reino, tomate, colocando-se para refogar com uma colher de sopa de azeite de dendê e outra de manteiga fresca.

Ajunte-se um pouco d'água, sal a gosto, duas batatas chamadas portuguesas (americanas de origem) cortadas em cubos e três colheres de sopa de leite de coco. Deixa-se ferver bem. Quando a batata e o siri estiverem cozidos, coloca-se o cheiro-verde e a cebolinha. Deixa-se cozinhar para ficar um caldo bem grosso. Serve-se quente.

A intromissão da batata portuguesa pode ser dispensada e em seu lugar pedaços miúdos de jerimum caboco.

II – SOPA DE SIRI (CARANGUEJO)

Outra versão da mesma sopa requer apenas mais sobriedade. Lava-se bem o siri (a quantidade do caranguejo está de acordo com o número de comensais) a fim de eliminar tanto o pitiú como corpos estranhos. Depois de lavado em água fresca, escalda-se. Você poderá fazer a partir do animal desfiado, inclusive a carne das unhas, ou dele morto inteiro. Após, submeta a carne desfiada a um rigoroso banho de suco de limão e esprema tudo num pano, lavando em seguida para eliminar novamente a acidez. Arrume numa panela em separado todo o tempero que desejar, não faltando nele nem a folha de alfavaca, folha de louro, cebolinha, pimenta-do-reino, salsa (sarça), dente de alho, tomate. Refogue tudo primeiramente, depois junte com a carne desfiada do siri, mexa bem, adicione uma colher de sopa de dendê e leve ao fogo, dando uma mexida para desunir o azeite de dendê. Se não quiser usar esse ingrediente, use o azeite de caioé. Quando a panela estiver "no ponto", poderá adicionar pimenta-malagueta esmagada em azeite de oliva, a quantidade necessária aos querimbáuas.

TAMBAQUI AO TUCUPI

Ingredientes: um pedaço de tambaqui (um quarto); dois litros de tucupi fresco; dois maços de jambu; duas cebolas cortadas em rodelas; dois tomates cortados em pedaços; dois pimentões cortados em pedaços; dois maços de cheiro-verde; dois dentes de alho.

Aviso muito necessário: para "curar" todos os peixes usados nas comedorias, sem distinção dos de escama e dos de pele, inclusive quelônios: antes de levar o peixe ao fogo e ao refogado, torna-se necessário lavá-lo com limão a fim de eliminar o almíscar.

Modo de fazer o tambaqui ao tucupi: Corta-se o peixe em pedaços. Deixa-se de molho em água de limão por período nunca inferior a

dez ou quinze minutos. Enxuga-se envolvido em guardanapo limpo e seco, passa-se sal de muito leve. Cuidado com sua mão pesada! Daí se frita os bocados.

Separadamente cozinha-se o jambu. Separadamente põe-se o tucupi para ferver, adicionando-se as verduras cortadas. Quando o jambu estiver cozido, coloca-se junto ao tucupi e a seguir o tambaqui frito. Serve-se com arroz branco.

Existe uma versão da mesma receita para outros peixes do tipo: acarauaçu, tucunaré, jaraqui e acari-bodó, sendo que este último cozinha-se e retiram-se as escamas e em seguida coloca-se para cozinhar junto com o tucupi.

Observação importante: procure usar na feitura dessas um tipo de tucupi amarelo e fresco. Não use tucupi branco e nem tucupi amarelo já azedo, pois desse tucupi fresco é que vai sair a gostosura da comida. Igualmente use temperos e legumes frescos.

CREME DE TAMBAQUI

Já se sabe ser o tambaqui um saboroso peixe amazônico. Para obter-se o creme toma-se um quarto (1/4) da parte traseira do peixe, dois (2) ovos e meio litro de leite, à parte. Pimentão, cebola, pimenta-malagueta ou murupi, à parte. Três (3) colheres de sopa, rasas, de maisena, uma (1) colher de sopa de manteiga fresca.

Modo de fazer: se frita o tambaqui em postas e depois se faz bom refogado com todos os temperos acima mencionados, em azeite português (azeite de oliva). No refogado coloca-se o tambaqui desfiado e deixa-se fritar um pouco. Feito isso se coloca no refogado o leite, a maisena, os ovos, a manteiga e a pimenta.

Bate-se no liquidificador, leva-se ao forno, mexendo bem até formar um creme. Deita-se num pires com óleo de cozinha e farinha de

pão e coloca-se o creme, levando-o ao forno durante dez (10) minutos. Por cima do creme espalha-se farinha de pão.

TAMBAQUI DE PARIDA

Se pega o tambaqui de cacete (assim denominado porque depois moqueadas as duas bandas, são unidas num pau de mais ou menos quarenta centímetros de comprimento e nele firmadas com cipós) e fritam-se as postas, usualmente em forma de costeletas, em óleo vegetal, de qualquer tipo. Desfia-se todo e envolve-se tudo com farinha de pupunha (na falta desta, que é indústria caseira) pode usar-se farinha comum fina, bem torrada. Unta-se tudo com creme de arubé e serve-se. Deve ser acompanhado com molho de pimenta ao tucupi e nunca com vinagre de qualquer espécie.

É o tipo de comida usada entre as pessoas da classe menos favorecida. À carência da clássica galinha servida durante o resguardo da mulher, sabe-se que outros tipos de comida são eleitos, mas outros constituem tabus e isso muda de uma tribo para outra. A mulher do índio, e do caboco usa e abusa do peixe, a menos que seja das espécies proibidas: pirarara, surubim, piraíba ou qualquer peixe de pele, inclusive raia.

O tambaqui de parida na linguagem do amazoníndio é pirá-embirarequera e trata-se de prato de sustância concebido para, por contágio simpatético, fortificar o nascituro e não a parturiente apenas. Inclusive aumentar-lhe a apojadura.

Em nenhuma hipótese a mulher parida indígena pode comer pimenta, mas a mestiça não aceita mais esses escrúpulos ritualísticos. A comida passou da maloca para a casa do caboco e difundiu-se sem aquela recomendação religiosa.

TAMBAQUI DE FORNO

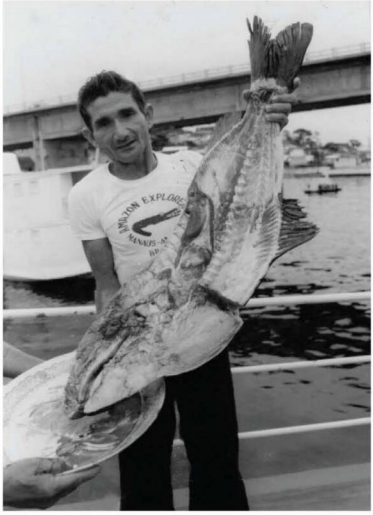
Ingredientes: uma banda inteira de tambaqui fresco. Lava-se o peixe com limão. Passa-se sobre ele sal (pouco), pimenta-do-reino moída, alho pisado e colorau. Esse colorau é sempre no interior substituído pelo sumo do urucu, também vermelho. Separadamente se prepara tomate, pimentão, cheiro-verde, cebolinha e uma pimenta-murupi, tudo picado e fresco.

Coloca-se a verdura sobre o peixe, espalhando bem da cabeça ao rabo e sobre ela verte-se o azeite de oliva. Leva-se ao forno para assar.

Come-se com arroz branco (opção) e com farinha-d'água ou branca torrada.

Tambaqui assado de forno.
Foto de autor ignorado, retirada da internet.

Costela de tambaqui com farofa.
Foto de autor ignorado, retirada da internet.



Banda de tambaqui. Foto de autor ignorado, Manaus, 1970.

Tambaqui assado. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

OVA DE PEIXE

Sem dúvida é o alimento mais apreciado pelo índio e pelo caboco, extensivo aos habitantes das cidades e povoados. Qualquer tipo de peixe concederá uma boa oportunidade, no inverno, para a aquisição da ova derramada na superfície da água. Durante o inverno os peixes promovem uma entrada para as águas tranquilas dos lagos, e não, muito profundas, e aí desovam. Antigamente o nativo fazia uma boa colheita desse alimento para a confecção de tortas ou mesmo para exportação, mas desde que a pesca foi submetida a severas fiscalizações diminuiu o consumo exagerado de ovas.

Uma boa porção de ova de peixe, considerando-se que porta – certo pitiú deve ser submetido a uma mistura com suco de limão antes de entrar na confecção do que antigamente se chamava torta ou pastelão.

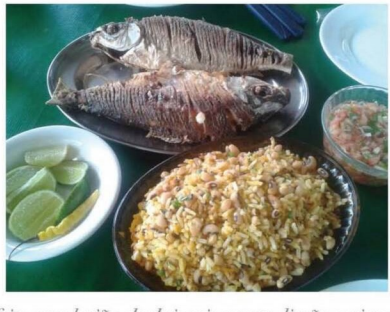
Deita-se a ova numa frigideira com óleo e uma pitada de sal e por cima, quando já está quase fritada, ovos com gema e clara, dependendo do gosto do usuário. Está pronta para ser comida. Outras pessoas preferem amassar a ova com batata, formando uma espécie de grude e assim levá-la à fritura, depois então é que ajunta os ovos.

PEIXE FRITO

Geralmente o mais comum prato popular é o peixe frito mais econômico e mais consumido. O jaraqui é o peixe que se presta para isso. No entanto podemos fazê-lo dos peixes menores, que caibam dentro de uma caçarola grande: pacu, sardinha, jaraqui, cará, piranha, branquinha, pescada (cortada em duas), tucunaré (cortado em dois), raia, enguia etc.

Primeiramente lava-se o peixe com limão, condição necessária e importante. Enxuga-se bem num pano seco e passa-se sal. O peixe já deve nessa altura estar tiqueado (cortado em linhas paralelas) e aberto no ventre para extrair-se as vísceras. A seguir unta-se com pimenta-do-reino e leva-se para a frigideira onde o óleo ou azeite vegetal já deve estar queimando. Fritam-se os dois lados do peixe e come-se quente com farinha seca e pimenta.

Pode ser acompanhado de arroz branco misturado com farinha seca.



Peixe frito com baião de dois, vinagrete, limão e pimenta.
Foto de autor ignorado, retirada da internet.

PEIXE NA BRASA

Usualmente essa comida típica e natural é obtida com mais rendimento com peixe grande reduzido a postas (bifes): tambaqui, pirarucu, pescada, surubim, dourado, tucunaré, pirarara etc.

Aberto o peixe ou tomando-se as postas, lava-se bem com limão e enxuga-se em pano seco. Adiciona-se pequena quantidade de tempero do tipo pimenta-do-reino e sal. Separadamente pode fazer-se um refogado de tomate, colorau, pimentão, salsa, alfavaca, cebolinha e pimenta-murupi, para acompanhar isoladamente.

O peixe é colocado no fogareiro – que já se encheu de carvão vegetal e deu-se fogo. Não se aceita o fogo nesse preparo, só o calor das brasas que vão assar o peixe. Quando o fogo sobe demais se deita água em cima para abrandá-lo, porque do contrário o peixe fica sabrecado (sapecado) e de ruim sabor. Também se chama "peixe de grelha" porque é sobre ela que se assa.

O condimento preparado em separado poderá ou não ser comido, dependendo do gosto do usuário, mas realmente esse tipo de assado não é acompanhado de arroz nem de farinha.

PEIXE ENSOPADO EM LEITE

Para esse prato o comum é usar-se o pirarucu em febras. No entanto que o gosto do usuário pode admitir outra qualidade de peixe. Após ser lavado o pirarucu e eliminado o teor de sal, leva-se a cozinhar juntamente com o leite de castanha amazonense (noz-do-brasil) e cubos de jerimum preferentemente o chamado "de leite", que dissolve mais facilmente. Obtém-se assim uma espécie de caldo grosso a que se pode adicionar pimenta-murupi ou malagueta. É comido sem farinha nem qualquer outro condimento.

Qualquer outro peixe poderá ser usado.

PACU FRITO COM BAIÃO-DE-DOIS

Faz-se primeiro o baião-de-dois (ou Romeu-Julieta) depois de preparado o pacu (peixe), lavado na água com limão e sal, se frita na

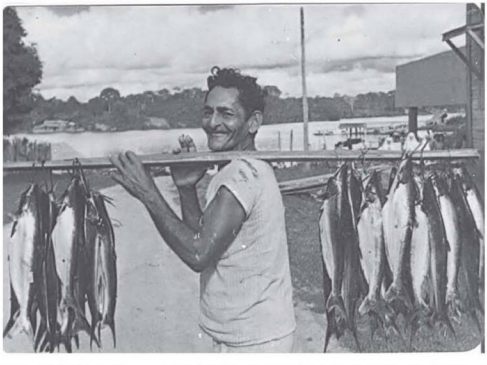
hora em que vai para a mesa quentinha. Come-se com farinha seca ou d'água, se convier.

PEIXE EM ESCABECHE

Qualquer tipo de peixe pode ser usado nesse prato que não seria de origem exclusivamente regional, mas portuguesa. É o único, aliás, em que se aceita o vinagre e a cebola em grande porção, porque nas demais receitas o vingarem mesmo de vinho é desaconselhável como gerador de azias.

Não possui muita ciência: prepara-se o molho com temperos picantes, podendo usar-se até picles industrializados: cebola, pimentão, tomate, cebolinha, pimenta-do-reino, pimenta-murupi, chicória, em separado, refogando-se tudo. Depois de fritado o peixe (ou a carne, se convier), deita-se no molho e deixa-se cozinhar tudo junto.

Come-se com arroz branco ou colorado.



A quantidade e diversidade de peixes dos rios amazônicos possibilitam farta alimentação ao homem natural.
Foto de autor ignorado.

SOPA DE PIRANHA

É exclusivamente utilizada a piranha de qualquer das três espécies: branca, preta e dourada ou amarelada, pois costumam ser bem proporcionadas em gordura e sabor. Naturalmente existem pessoas para quem o prato não é grande coisa, levando-se em conta ser o peixe antropófago. Se fôssemos cuidar do caráter apenas opcionista do animal, então não comeríamos cabeça de onça com feijão nem galinha ao molho pardo.

A piranha, todavia, é um peixe saboroso, quando bem preparado, frita ou em forma de sopa tenra. Não é um animal reimoso como a raia nem fácil de entrar em decomposição como o tucunaré. Os indígenas apreciam sua carne e com eles o caboco, que prepara uma sopa de agradável sabor, muitas vezes sem os ingredientes muito usados.

Lava-se bem o peixe com limão e unta-se com sal, depois de abri-lo e tiqueá-lo. Se frita em óleo quente após desfiado e separadas as espinhas. Na panela com água ajuntam-se os temperos com pimenta-do-reino, alho, pimentão, tomate, alguns pequenos cubos de jerimum (não muito), cebolinha e alfavaca. Não esquecer nunca a alfavaca! Deitam-se os esfiados do peixe na panela e deixa-se acabar de cozinhar. Serve-se quente.

A sopa pode ser acrescentada, a critério do usuário, pimenta-malagueta esmagada. O prato constitui apenas uma "entrada".

MANIÇOBA (MANIÇÁUA)

Guisado de folhas novas e grelos de mandioca pisados em pilão e temperado à vontade. Serve de conduto. O melhor e mais tradicional é adicionar-se peixe moído ou carne de tartaruga. Modernamente o prato sincretizou-se com a admissão de carne de gado, toucinho, língua, tripa, livro e fiambre. Não dispensa a pimenta. O prato já foi muito

tradicional em Manaus naquela forma primitiva e muito gabado pelos viajantes naturalistas. Também se fazia com um envoltório de folhas, do tipo "charuto" árabe.

MOQUECA

Preparado com peixe moqueado ou cozido, azeite de caioé ou dendê, pimenta e outros condimentos à vontade, mas nunca esquecendo uma folhinha de alfavaca nem chicória. O mesmo que pubeca, servido em prato ou enrolado em folhas tenras também cozidas. Não comum em Manaus, somente no interior do Estado, onde é mais popular.

ARROZ DE PATO

Existe nos rios do Amazonas uma gramínea selvagem que aparece em larga profusão durante a época das enchentes dos rios e lagos. Essa gramínea se estende por léguas e léguas, aderindo às margens e quando as águas baixam ela apodrece e avoluma o terraço. Esse processo de colmatagem é anual. O arroz produzido pela gramínea é de coloração meio vermelha e dele os indígenas e cabocos fazem bebidas embriagativas. É chamado arroz de pato porque as aves se reúnem em bandos nesse capinzal e é aí que os caçadores se fazem.

O arroz produzido é de teor mais alimentício do que o branco, segundo afirmações de entendidos. É comido pelas populações ribeirinhas. O mais importante é que servem ao mesmo tempo para acompanhar a deliciosa carne dos palmípedes e para fazer-se arroz-doce. Todavia que na cidade de Manaus não se costuma explorar essa fonte de alimentação barata, dada de mão-beijada pela natureza.

O pato cozido com esse arroz é delicioso.

PAÇOCA

Quebra-jejum, farnel, merenda. Misturado de farinha seca torrada, tocari (castanha amazonense ou noz-do-brasil) e açúcar. Variante com carne velha desfiada, cozida ou assada, que sobra de véspera. É farnel de seringueiro, de trabalhador do campo, de remador, de pescador. É mais conhecida no interior do Estado pelo nome panomã. Antigamente era vendida nas ruas de Manaus em canudinhos de papel colorido. A melhor paçoca é a feita com a mesma castanha já seca e reduzida a fragmentos, depois pisada no pilão.

PIRÃU OU PIRÃO

Mistura de farinha seca com caldo de peixe cozido quente e muito bem temperado e com pimenta. Variante com caldo de carne cozida e farinha-d'água. É o principal conduto para o peixe cozido. Mais apreciado quando feito em caldo fervente. Passa também por alimento de sustância quando não há mesmo melhor coisa a comer.

TACACÁ

De inspiração nacional, indígena de origem, popularizou-se tanto que constitui coqueluche social. Entra na composição a goma de tapioca com água quente, de que resulta o "grude" esbranquiçado, também conhecido por "goma". Adiciona-se boa porção de jambu e salsa e sal. O camarão vem depois, na hora de servir-se, como também a pimenta e para certos fregueses as "folhas" (jambu).

O tacacá original de procedência indígena não aceitava o marisco, mas peixe cozido ou pedaços grandes de came cozida ou camarão de

água doce (pitu) ou ainda mesmo nada, só o grude, as folhas e a pimenta. É alimento encontradiço em certas esquinas movimentadas de Manaus (pontos estratégicos), nas famosas "bancas de tacacá" e até senhoras estrangeiras, portuguesas, espanholas, barbadianas, sabem da sua procura e montam "bancas" afreguesadas. O comum e aristocrático é ser servido em cuias envernizadas de negro e um palito para "pescar" o camarão e as folhas. Também aparecem em sofisticadas reuniões sociais, durante as festas juninas, em aniversários, comemorações. Todo visitante, turista, é obrigado a frequentar uma dessas bancas, pelo menos uma vez, e provar do nosso gostoso tacacá.

Tacacá da Gisela, no Largo de São Sebastião. Foto de Joaquim Melo, proprietário da banca, especialmente para o livro de MYM.

Tacacá da Gisela, no Largo de São Sebastião. Foto de Joaquim Melo, proprietário da banca, especialmente para o livro de MYM.

GUERERÊ

Guisado feito com as vértebras dorsais e a tripa grossa do pirarucu. Não admite muito legume, mas sempre se coloca pimentão picado, pimenta, salsa e pimenta-do-reino. Primeiramente faz-se à parte o ajuntamento dos temperos com sal e depois cozinha-se tudo a uma. Come-se com farinha-d'água ou seca e ainda mais pimenta esmagada.

ROUPA VELHA

Não se trata de prato original, mas de comida escassa, de alto cunho popular, porque de consumo constante e de fácil feitura. Nos seringais amazônicos é o café, o almoço e janta do cortador da seringa, e nos

povoados pobres passa por ser o "prato do dia" quando não há peixe nem caça.

Se houver carne velha ou jabá, não há melhor ingrediente, mas a maioria das pessoas prefere a carne cozida ou assada que sobra de um dia para o outro. Esfia-se bem a carne sobrante, reduzida a pequenos pedaços de fácil deglutição. Põe-se numa frigideira com óleo vegetal ou manteiga e ajuntam-se ovos e farinha bem torrada e fina. À proporção que for esquentando vai-se mexendo até que a gema e a clara do ovo se aglutinem com a farinha.

A comida é seca e geralmente causa ingurgitamento, por isso deve-se acompanhá-la com pequenos goles de água ou refrigerante. O seringueiro usa aguardente. Essa comida de resistência pode ser preparada de véspera (e sempre assim acontece quando o usuário é caçador, pescador ou extrator) e conduzida em farnel. Aos poucos aos punhados, ele vai consumindo essa refeição, sem as mãos.

Nas localidades onde a carne de gado bovino é mais difícil o caboco usa de preferência a carne do veado por ser mais tenra, não importa que utilize outro tipo de animal.

PURÊ DE MACAXEIRA

Cozinha-se a macaxeira com sal em diminuta quantidade. Ao amassar-se ela em travessa à parte, deita-se leite de castanha amazonense (tocari) ou leite fresco de vaca e mexe-se bem com manteiga. É um prato sincrético idêntico ao da batata. Existe uma variedade compósita, com o mesmo tratamento, mas acrescido de came moída de gado, em camadas superpostas e na parte superior se espalha gema de ovo de galinha ou gema de ovo de tartaruga. Vai ao forno e serve-se quente.

QUIBEBE

Predomina nesse prato o jerimum, de preferência o da espécie denominada "de leite", mais chegada ao tratamento aglutinante.

Cozinha-se boa porção (vamos supor um jerimum cortado em pedaços pequenos) em água e sal, depois esmaga-se todo ele em vasilha separada e adiciona-se leite de castanha amazonense (noz-do-brasil) ou leite fresco de gado e farinha de mandioca seca ou d'água. Esfriado, está pronto para ser comido.

VIRADO

Alimento feito com carne cozida, de qualquer animal, menos de peixe. Prepara-se antes o refogado de cebola, cominho, pimenta-do-reino, cheiro-verde, colorau, pimentão, salsa, cebolinha etc. Depois se ajunta à carne cozida e adiciona-se farinha de macaxeira e come-se com pimenta.

CRÊME DE ARUBÉ

Conduto para peixe cozido ou guisado, bem apimentado.

É feito do sumo da mandioca exposta ao sol e engrossado com a fécula e temperado com tucupi. Resulta depois de pronto uma massa cremosa, espessa, não endurecida, maleável, que se negocia em garrafas hermeticamente fechadas com bucho de palmeira miriti. A venda nos mercados da cidade, todavia que nos restaurantes e hotéis se ignora a sua finalidade porque os peixes servidos nessas casas trazem sempre o rótulo "reformulado". Todavia que no interior do Estado seu consumo é paralelo ao do peixe e da farinha. E por falar em farinha, quando se usa o arubé espalhado sobre o peixe não se usa aquela.

TUCUPI

É um molho, o molho universal amazonense, admitido em toda parte, mesmo que não se pretenda comer peixe.

O sumo é extraído da mandioca venenosa por processo rudimentar, mas eficiente, concede ao indígena da Amazônia uma quantiosa autoridade cultural em áreas onde seria para admirar a sua participação, sempre considerada negativa por aqueles que estão distanciados dele cem ou duzentos anos de experiências de gabinete e de laboratório.

O molho de tucupi é o auxiliar direto da alimentação indígena e do caboco e pode ser considerado o molho nacional. Ordinário, imprescindível, popular e popularizado, é dono de uma perspectiva histórica que só encontra paralelo na farinha de mandioca.

O sumo é misturado com água e fervido para perder o teor venenoso, maléfico para animais de pequeno porte e para o homem se ingerido em grande quantidade por causa do precipitado estriquinínico. Deixa-se azedar de um dia para o outro, depois se lhe acrescenta salsa, alho, uns pedacinhos de folha de pimenta-malagueta, fragmentos de folha de mandioca (grelos tenros, principalmente), levam-se ao fogo para cozinhá-lo, eliminando-se assim o conteúdo venenoso.

É muito comum em Manaus e em todos os lugarejos do interior do Estado. As pessoas mais chegadas à pimenta costumam encher o frasco usado com todas as variedades conhecidas a fim de tomar o molho mais picante.

CARIBÉ

Comedoria líquida de poupança feita de beiju dissolvido n'água. A bebida é sagrada, ligada ao ritual da puberdade entre os indígenas do rio Negro (Amazonas). Durante dez dias os rapazes iniciados só se alimentam de caribé.

Fora do circuito ritualístico a beberagem entra na dieta do caboco já afastado da cultura natural.

CURADÁ

É um prato de poupança, resultado da mistura da tapioca com um pouco de beiju dissolvido. Comida ligeira para remadores, caçadores, extratores, mateiros, camponeses.

CHIBÉ

Alimento de circunstância muito divulgado em toda a Amazônia entre as populações indígenas e cabocas. São preparados simplesmente com farinha de mandioca, água fresca e mel de abelha ou açúcar. É mais uma beberagem, porém que no dizer de pessoas de status social elevado, "conforta o estômago". Dele se servem viajantes, mas em caso de escassez de comida, vai servindo.

MANDIOCÁUA

Mingau de arroz, a que se ajunta o suco doce da macaxeira. É alimento de poupança.

CARIRU OU CARURU

O nome se origina da planta que entrava antigamente em grande proporção na feitura da comida. Essa planta prolifera muito perto das

cachoeiras (caruru da cachoeira), mas já se encontra à venda nos mercados.

Ingredientes: folhas de caruru frescas; camarão seco salgado; cebola, tomate, cheiro-verde, cebolinha, alho, pimenta-do-reino, e uma pimenta-murupi; um pouco de azeite de oliva e uma meia garrafinha de dendê; leite de coco, quiabo, sendo que o quiabo deve ser ajuntado em maior proporção que as folhas do caruru.

Modo de fazer: descasca-se o camarão salgado, lava-se bem no molho de limão; cortam-se as cabeças, lava-se e põe-se no molho de limão à parte, separadas do resto do camarão. Depois de meia hora no molho de limão, lava-se tudo e escaldam-se, inclusive as cabeças, mas sem misturá-las com o resto. Põe-se de parte as cabeças, para ferver. Prepara-se um bom refogado com os temperos acima, adicionando-se um pouquinho de azeite de oliva e o dendê (meia garrafinha industrializada). Depois de tudo refogado coloca-se os camarões já limpos e expurgados do sal e deixa-se refogar novamente. Põe-se leite de coco no refogado. Depois se bota a água das cabeças dos camarões que foi fervida dentro da panela onde estão o leite de coco, os camarões e o refogado. Quando estiver tudo fervendo, corta-se boa porção de quiabo em rodelas, finas, sem as cabeças e pontas, e folhas de caruru bem cortadas e deita-se na panela tudo, deixando cozinhar até ficar grosso ou apurar (ficar no ponto). Serve-se ainda quente, ou frio, com arroz branco. Se desejar engrossá-lo, adicione-se um pouco de farinha branca de mandioca. Um pouco, apenas...

VATAPÁ

Ingredientes: camarão seco salgado (deve-se deixar de molho em água pura a fim de eliminar o excesso de sal), descascado e lavado, posto de molho em suco de limão; cebola, tomate, cheiro-verde,

cebolinha, alho, pimenta-do-reino, pimenta-murupi (uma ou duas, conforme a constituição dos querimbáuas); azeite de oliva, de dendê e pão dormido.

As verduras devem ser cortadas bem miudinhas. Põe-se o pão de molho em leite de coco ou de castanha amazonense (noz-do-brasil), passa-se o pão no liquidificador. Com respeito aos camarões e demais temperos procedem-se como na receita acima, somente que no vatapá não há nem caruru nem quiabo. A panela onde está sendo fervido o material deve ser mexida continuamente até adquirir um conteúdo grosso, e ficar como creme. Pode servir-se frio ou quente, com arroz branco. Coma e me diga depois...

Vatapá. Foto de Marita Monteiro

BOBÓ RISONHO À COSTA LIMA

Ingredientes: dois quilos de bobó de boi, cortado em pedaços miúdos. Tomate, cebola, cheiro-verde, alho, pimenta-do-reino, pimentão, folha de louro, uma ou duas pimentas-murupi verdosas, dependendo da coragem dos comensais.

Maneira de fazer o prato: lava-se bem o bobó com limão para expurgar o pitiú, depois se passa na máquina de moer carne. Retirado, lava-se novamente em água de limão, deixando-se de molho cerca de meia hora. Verifique se está molinho o bobó. Então o leve a caçarola de assar, que deve ser das grandes e fundas, com tampa acrescente dentro da panela os ingredientes acima. Bote três colheres das de sopa cheias de manteiga (banha) de tartaruga. Ponha tudo a refogar, com água em que manteve o bobó (não água de limão, entenda-se). Depois que a água começa a evaporar deite sal a gosto, mas tome cuidado com sua mão pesada. Deite novamente banha de tartaruga com torresmo, se você aprecia torresmo. Se não, não o ponha. Ponha agora a cebolinha, várias. Cubra a panela com a respectiva tampa, e se não houver, com um pano dobrado em dois ou quatro, o suficiente para deixar escapar o vapor excessivo. Enquanto você espera unte uma travessa grande com óleo de soja ou banha de tartaruga derretida. Terminado o refogado, deite tudo espalhado em partes iguais na travessa, espalhe sobre o conteúdo farinha seca da boa. Pode ser farinha-d'água ou de uarini se você preferir. Vai ao forno durante meia hora. Quando a farinha estiver torrada e o cheirinho do quitute a alvoroçar suas narinas e o estômago, retira-se do forno. Acompanha o prato arroz branco. Sente-se para comer, mas antes mande armar a rede e sonhe com delícias do céu sem limite. Se por um infeliz acaso você não tiver manteiga de tartaruga, sirva-se da banha de boi derretida, mas o gosto e o prazer não serão os mesmos.

Essa mesma receita servirá para as vísceras do boi, outro prato que você criará para a delícia gustativa de seus amigos, se você for bom anfitrião.

SALADA DE FEIJÃO-FRADINHO (FEIJÃOZINHO DE PRAIA)

Meio quilo de feijão-fradinho; 250 gramas de bacon cortado em pedacinhos; 250 gramas de calabresa cortada em pedacinhos; 250 gramas de batata vulgarmente conhecida por "portuguesa"; 250 gramas de cenoura cortada em pedacinhos; duas latas de ervilha; uma lata de azeitona. Uma cebola, dois tomates, dois pimentões, um pepino (pequeno), azeite, sal e vinagre de vinho branco.

Modo de fazer: cozinha-se o feijãozinho e tempera-se com vinagre, sal, pimenta-do-reino e alho. Quando estiver cozido escorre-se o caldo e reserva-se. Cozinha-se a batata e a cenoura, escorrem-se e deixa-se esfriar. Se frita o bacon e a calabresa, deixa-se esfriar. Cortam-se a cebola, o tomate, o pimentão, o pepino e as azeitonas. Misturam-se todos os ingredientes e tempera-se com azeite de oliva, sal e vinagre de vinho branco. Serve-se com arroz branco.

MUSSELINE DE CASTANHA AMAZONENSE (NOZ-DO-BRASIL)

Descasque e tire a "pele" da castanha, quanto você achar que seja necessário. Cozinhe-as em calda de açúcar perfumada com baunilha. Passe a massa por peneira fina e junte creme de leite e ovos (na proporção de duas xícaras de creme para uma da massa), tendo o cuidado de fazer a mistura aos poucos. Deite tudo numa forma para gelados e deixe ficar uma hora no gelo. Para tirar da forma enfia-se esta rapidamente em água morna. Sirva-se sobre prato.

PUDIM DE MACAXEIRA

Seiscentas (600) gramas de macaxeira; quinhentas (500) gramas de açúcar; uma xícara de leite; uma xícara de manteiga fresca de vaca; coco ralado um; quatro gemas de ovos.

Rale a macaxeira (já descascada) e esprema num pano, retirando toda a água. Misture o açúcar, as gemas e o leite, a manteiga e coco ralado. Despeje em forma caramelada, cozinhe em banho-maria.

BOLO DE MACAXEIRA

Dois quilos de macaxeira; três ovos; uma xícara de manteiga; e açúcar a gosto. Uma garrafa (industrializada) de leite de coco ou um copo de leite de castanha amazonense (tocari) ou noz-do-brasil. Porção de sal a gosto, mas com cuidado.

Rala-se a macaxeira e depois se espreme em pano para eliminar a água. Batem-se os ovos com as claras, juntam-se os ingredientes a massa da macaxeira. Mistura-se muito bem, unta-se a forma com óleo de cozinha e leva-se ao forno para assar. Quando estiver assado cria-se uma crosta assada em cima. Experimente com um palito a consistência da massa.

Bolo de macaxeira. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

FALANDO DE TARTARUGA

IV

Este é o prato por excelência amazônico de origem e de composição. De toda a Amazônia onde haja quelônio de qualquer espécie. Não se fala, obviamente, de tartaruga-do-mar, que jamais poderia competir em sabor com a fluvial e em termos de redução à variedade de pratos autônomos. Além de que sua banha entra na qualidade de cosmético para o buduar das mulheres, excelente amaciador da pele e possivelmente eliminador de rugas, levando-se em conta a vivência matusalêmica da tartaruga e sua resistência aos perigos dos predadores.

A tartaruga teve tanta influência na vida social da Amazônia que em 1769 houve um motim de soldados no rio Negro, por causa de uma já assada, destinada ao rega-bofe de alguns comensais e que fora roubada por um deles. A quantidade delas era tanta nos rios da Amazônia que não somente serviam para pagamento da milícia e dos funcionários públicos como os ovos macerados eram exportados na forma de "manteiga" ou banha para o exterior a fim de servirem na iluminação pública e particular. Hoje a sua diminuição está mais ou menos controlada pelo Ibama, sem que isso resolva o problema da pesca e consumição no interior do Estado.

A tartaruga adulta e seu macho capitari e a espécie denominada cabeçudo, possuem cerca de um metro de comprimento. Quando desova, nos meses quentes de setembro a novembro, nas praias de areia, expele cerca de duzentos ovos mais ou menos esféricos, em covas por elas mesmas abertas na areia. A partir daí os ovos não pertencem mais a elas, pois é o calor do sol que vai chocá-los. As tartaruguinhas saem por si mesmas e buscam imediatamente a água, por instinto. Para localizar

os ovos o experimentado índio ou o caboco se mune de uma vareta e vai furando a areia até encontrar o ninho, ninhos, pois são muitos numa só praia de areia. Por esse primeiro contato já se tem notícia de como os predadores – homem e outros animais como o furão e o tatu, desviam a futura população dos quelônios anfíbios, pois o testudo ou jabuti não desova na areia, mas no mato e uma postura distante da outra a fim de escapar ao perigo dos predadores.

A tartaruguinha nascente não escapa à fome dos predadores, que são muitos, desde as aves como gaivota e gavião, jaburu etc., até os jacarés. Que as esperam dentro d'água. O crime praticado pelo homem era mais indigno, pois apareciam antigamente em Manaus dúzias e dúzias de tartaruguinhas ensacadas para venda nos mercados, e porção delas tinha o final no estômago dos grumetes, transformadas em torta ou guisado. Hoje isso não mais acontece, todavia que a espécie fluvial vai desaparecendo, levando-se em conta a lentidão do desenvolvimento biológico.

Não seria aqui o lugar próprio para elencar as várias espécies de quelônios conhecidos na região amazônica, mas pelo menos enumeramos os que mais ocorrem na área ecumênica das cidades e vilas: tartaruga propriamente dita; capitari, o macho dela; taracaiá, menor (vulgarmente conhecido por tracajá); cabeçudo; matamatá; iaçá, menor; zé prego; jabuti.

Com todos estes se pode arranjar um almoço satisfatório e a excelente gravura de Franz Keller mostra uma tartaruga adulta, grande, já "tratada" e em parte consumida e uma menor, inteira, mas igualmente aberta. Mostra também a cabeça e as patas presas na forquilha para ser moqueada.

Uma tartaruga adulta pode fornecer uma média de treze pratos diferentes, levando-se em conta a habilidade do cozinheiro. O tratamento dela requer conhecimentos especiais da sua natureza resistente, mesmo após a morte. Nela tudo se aproveita, com exceção do catrafacto e dos ossos.

Cortada a cabeça rente às articulações dorsais, não a deite fora. A cabeça junto com as patas pode fornecer uma sopa ou ser assada no moquém. Abra a machado as naves e corte com cuidado os ligamentos do peito, defendendo-se de atingir o fel. Separados o peito do casco, retirados os elementos inservíveis, trate de recolher o sangue para o sarapatel. Esse sangue não pode ser contaminado. Recolhida a carne e os quatro quartos, lave-os bem em água limpa com limão porque a tartaruga tem pitiú. Recolha separadamente a gordura numa vasilha limpa e os ovos noutra. NÃO PONHA VINAGRE de nenhum tipo na tartaruga! O limão é suficiente para eliminar o almíscar. A partir daí, você pode escolher o que vai fazer com as vísceras, os quatro quartos, o peito, o casco, o sangue, o fígado, coração, rim etc.

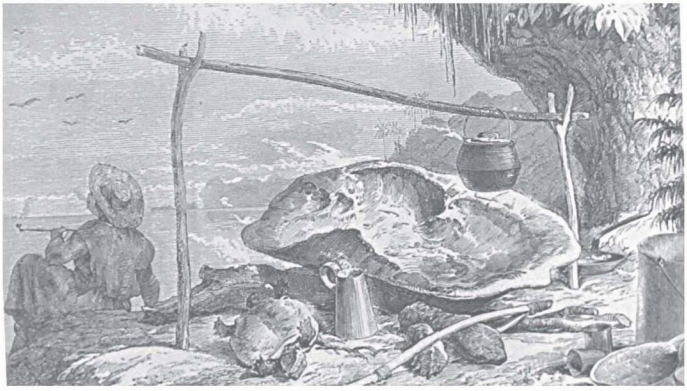
Mas comecemos pelo peito, que você vai apresentar na mesa como um excelente prato. O peito vai para a mesa inteiro, pousado numa travessa grande. Ele está apetitoso com sua farofa de farinha-d'água e uns pedacinhos de ovos da tartaruga. Você fez assim, para obtê-lo:

PEITO DE TARTARUGA OU FAROFA DE PEITO

Lava-se o peito com água e limão, escorra-se a água. Passa-se: sal e pimenta-do-reino. Põe-se no forno para assar ou na brasa. Depois de convenientemente assado, raspa-se todo o peito, com toda a carne, e se junta farinha de uarini já torrada no forno, mexe-se bem e está pronta a farofa. Serve-se quente, porque a banha de tartaruga que se anexou, já derretida, talha se demorar muito e esfriar. Aliás, é uma das exigências formais do emprego da tartaruga na cozinha amazonense, servir todos os pratos quentes.

CASCO DE TARTARUGA OU FAROFA DE CASCO

Procede-se como ficou dito e explicado acima, para a composição do peito de tartaruga ou farofa de peito, sendo que o casco do quelônio rende, mas, três ou quatro vezes mais. Com arroz branco.



Depois de um farto almoço de tartaruga umas longas fumaçadas do taquari. Ilustração da obra de Franz Keller, The Amazon and Madeira Rivers, p. 74. Londres. 1874. Reprodução de Mário Ypiranga.

PICADINHO DE TARTARUGA

Lava-se a carne da tartaruga com água e sumo de limão. Tempera-se com sal, pimenta-do-reino, alho, cebola, tomate, pimentão, chicória, cheiro-verde, cebolinha, alfavaca e pimenta-murupi. Mói-se tudo na máquina. Põe-se a banha da tartaruga, já derretida e quente para fazer o picadinho. Depois de pronto espalha-se sobre o peito da tarta-

ruga, derrama-se por cima farinha de uarini já torrada. Se houver ovos de tartaruga de qualquer espécie, cozinha-se com sal e enfeita-se por cima. Serve-se quente com arroz branco.

GUISADO DE TARTARUGA

Lava-se a carne com água e sumo de limão. Tempera-se com sal, pimenta-do-reino, alho, cebola, tomate, chicória, cheiro-verde, cebolinha, alfavaca, colorau, pimenta-murupi. Devem ser aproveitadas todas as partes da tartaruga que contêm ossos, inclusive as patas e a cabeça. Desta se corta o nariz e abre-se ao meio. Adiciona-se todo o tempero acima citado, com a banha da tartaruga já derretida e quente, e bota-se para cozinhar. Quando estiver molhe a carne, você pode, se assim o desejar, acrescentar batata dita pelo vulgo "portuguesa" (mas é americana de origem). Serve-se quente. No interior do Estado, onde não se pode contar com batata importada, serve-se o caboco de batata-doce ou mesmo de macaxeira cozida separadamente em água e sal. É apenas uma opção que não vigora na cidade.

FILÉ DE TARTARUGA

Lava-se o filé bem lavadinho com água e suco de limão. Passa-se sal, pimenta-do-reino e alho amassado. Põe-se na caçarola a banha derretida já da tartaruga e se frita o filé. Depois de frito deite tudo numa travessa e ajunte-se o refogado de tomate, cebola, cebolinha, cheiro-verde, alho, pimentão, chicória, alfavaca e pimenta-murupi, espalhando tudo por cima. Serve-se quente com arroz branco.

SARAPATEL DE TARTARUGA

Juntam-se as vísceras com o coração, fígado etc., se limpa bem e escalda-se. Depois de escaldado lava-se com água e suco de limão. Cortam-se as vísceras e o resto, incluindo fatias grandes de carne e alguma gordura do quelônio, já frita, e mistura-se com os ingredientes costumeiros: sal, pimenta-do-reino, alho, cebola, tomate, chicória, cheiro-verde, cebolinha, alfavaca e pimenta-murupi. Põe-se a banha de tartaruga derretida e quente e deixa-se refogar, bem na panela. Quando tudo estiver no ponto, as carnes molhes, se pega o sangue da tartaruga que se conservou de parte, misture farinha fina (suruí), amassa-se bem para aglutinar e põe-se na panela onde está o refogado, mexe-se bem com a colher de pau para engrossar. Sirva-se quente com arroz branco.

Observação importante: apesar de havermos dito alhures que não se deve pôr vinagre na tartaruga, há por aqui uma exceção única na regra: quando se vai aparar o sangue do quelônio, põe-se um pouco de vinagre, do bom, de preferência de vinho branco, na vasilha em que se vai reter o sangue, a fim de conservá-lo. E só!

PAXICÁ DE TARTARUGA

Corta-se o fígado e o restante das vísceras da tartaruga em pedaços miúdos. Escalda-se e deixa-se de molho na água com sumo de limão por uns dez minutos. Cortam-se os ingredientes: cheiro-verde, tomate, cebola, pimentão, alfavaca, chicória, cebolinha, pimenta-do-reino e refoga-se com as vísceras que devem ser temperadas com sal, alho, etc., acima referido. Adiciona-se um pouco d'água para que possa amolecer mais depressa. Quando as vísceras estiverem no ponto, macias coloca-se banha derretida e deixa-se secar um pouco para que fique um molho bem grosso. Serve-se quente, com arroz branco.

FÍGADO ACEBOLADO

Procede-se à lavagem do fígado do quelônio com água e suco de limão. Depois se escalda. Unta-se a frigideira com banha de tartaruga já derretida e deixa-se esquentar. Separadamente prepara-se o refogado com os seguintes ingredientes aconselhados: muita cebola cortada em rodelas; alho pisado, pimenta-do-reino, alfavaca, sal, tomate, pimentão cortado em pedacinhos, cheiro-verde, cebolinha, chicória e colorau. O colorau é sempre substituído nas zonas rurais e mesmo na cidade pela massa vermelha do urucu. Sobre as postas de fígado já na frigideira, deita-se o refogado e deixa-se apurar. Serve- se quente com arroz branco.

MIXIRA DE TARTARUGA

Toma-se somente a carne do quelônio, lava-se bem, passa-se na água com suco de limão e aferventa-se com temperos onde entram apenas sal e pimenta-do-reino. Depois se frita a carne na banha derretida e quente, do quelônio, deixa-se esfriar e acondiciona-se num lata limpa ou num frasco. A conserva só pode ser obtida a partir da quantidade de banha de peixe-boi em que se mergulham os pedaços de carne. Como a tartaruga não possui geralmente a quantidade suficiente para uma lata de cinco quilos ou mais (lata de querosene expurgada do odor) só se pode apelar para a banha de peixe-boi, usada na conserva da carne deste cetáceo. Todavia, se a quantidade a ser conservada é pequena, use melhormente a banha ou manteiga de tartaruga derretida.

A mixira de tartaruga ou de qualquer outra carne não é muito saudável quando comida isoladamente, em virtude do excesso de gordura que a acompanha. O melhor é fritado na própria banha do quelônio ou na do peixe-boi e comê-la acompanhada de mais alguma coisa para rebater. Coma com arroz e farinha torrada, d'água ou seca.

SOPA RICA DE TARTARUGA

Só entram nesse prato a cabeça e as patas do quelônio. Devem ser tratadas antes com muito cuidado e carinho. Lava-se primeiramente o material com água e suco de limão. Depois se abre a cabeça ao meio, corta-se a ponta do nariz e as unhas das patas. Põe-se na água fervendo tudo. Escalda-se para retirar as peles que se encontra aderida, não deixe que elas estraguem o sabor da sopa rica. Feito isso ajunte os ingredientes alfavaca, sal, um pouquinho de sumo de limão, pimentão cortado, cebola, chicória, cebolinha, pimenta-do-reino, tomate, jambu e uma colher de tucupi, conforme a quantidade da sopa. Se quiser pode adicionar folhas de caruru em pequena quantidade. Dito isso, leve a refogar esse material e depois deite tudo na panela d'água onde já estão a cabeça e as patas. Deixe apurar bem. Aí então bote uma colher de sopa (ou menos) de banha de tartaruga derretida e quente. Mexa bem para misturar tudo. E sirva quente. Com pimenta-murupi é de deitar lágrimas aos olhos.

Observação: nem sempre a tartaruga, de qualquer espécie, é gorda. No período da postura, entre agosto e novembro, durante as grandes baixas da água, ela está inchada de ovos e de gordura, contudo essa gordura não é em excesso. Fora desse período ela poderá estar magra. Então você se não tiver banha de tartaruga, use como condimento o azeite de oliva. Não é rançoso e torna mais digerível o prato.

FÍGADO DE JABUTI GRELHADO

O testudo, jabuti famoso, tem pouco rendimento, pois os maiores nunca passam de mais de três palmos de comprimento. Quanto à carne e os ovos você procede como com a tartaruga. Todavia o índio e o caboco acham ser o jabuti melhor aproveitado pelo fígado. Para isso jogam o animal no chão por trás das costas. É um ritual para obter-se o

ingurgitamento do sangue no fígado. Dizem que só assim o órgão fica mais saboroso. Nos outros que não observamos esses rituais, apenas propinamos uma pancada no casco ou no peito do bicho e o resultado é o mesmo. Logo a seguir abra as conchas ósseas e extraia em primeiro lugar o fígado, que deve ser conservado em água a que se adicionou sumo de limão. Após isso pode retirar a pele por fervura e adicione o tempero que desejar, levando-o à grelha ou à caçarola com banha de tartaruga quente retida. Coma quente com arroz branco.

Do resto do animal você pode preparar todos os pratos já mencionados antes, mas geralmente não se aproveitam nem a cabeça e patas.

TARTARUGA ASSADA INTEIRA

Esta receita diz respeito apenas a quelônios pequenos, do tipo iaçá-mirim, taracaiá (tracajá), jabuti, zé prego, ou mesmo tartaruga verdadeira que não tenha mais de trinta centímetros de comprimento e que caiba no forno.

Lave bem o quelônio em água fria, antes de sacrificá-lo. Seccione-se o rabo pelo tronco. Pegue um martelo e abra um orifício de cerca de três polegadas de diâmetro no peito. Agora lave novamente o quelônio em água com limão, inclusive por dentro, sacolejando-o. Depois sacrifique o animal com uma pancada na cabeça, sem cortá-la nem eliminá-la. Cabeça e patas ficam conservadas.

Em panela separada faça o refogado de sal, pimenta-do-reino, chicória, cebola, tomate, cebolinha, alfavaca, pimentão cortado em rodelas, pimenta-murupi cortada em pedacinhos miúdos (uma ou duas das verdes), um pouco de sumo de limão (umas gotas) e se quiser uma colherinha de chá com tucupi grosso, fresco, novo. Este refogado nem sempre é admitido, em conjunto, mas de certo modo sempre acontece em condimentos do tipo alfavaca, pimenta-do-reino, o refogado leva naturalmente banha de tartaruga derretida e quente.

Espalhe com uma colher de sopa a farinha torrada, amarela, sobre os órgãos internos do bicho, após o quê, deite camadas de refogado, espalhando-o bem por dentro. Em seguida ponha camadas de arroz cozido, branco, e por cima desta nova camada de farinha torrada. Leve o casquinho ao forno e espere que comece a rescender. Sirva-o quente. Já não precisa mais arroz e nem farinha.

O matamatá é o Quasímodo da espécie Feio, com o casco superior cheio de picos, impressiona pela aparência e por isso constitui tabu para muitas pessoas que o repelem à primeira vista. No entanto, a exemplo do cabeçudo, pode fornecer os mesmos pratos que a tartaruga e o jabuti. Já falamos no fígado deste último, mas não explicamos que tanto a carne como os ovos são perfeitamente comestíveis.

ARABU

Comida feita com ovos de tartaruga ou de taracaiá (tracajá).

Dez gemas de ovos, açúcar ao gosto e farinha seca ou suruí.

Separam-se as gemas das claras, numa vasilha que comporte. Bate-se bem batida todas as gemas até conseguir-se um creme consistente. Acrescenta-se açúcar e bata-se novamente. Apesar da quantidade do açúcar, tome cuidado para não exceder-se. Na falta de açúcar os povos rurais põem mel de abelha. Depois de bem batido despeja-se a farinha aos poucos e vai-se mexendo até conseguir uma massa uniforme. Se você pôr farinha em demasia está tudo perdido. Sirva-se imediatamente.

BOLO DE OVOS DE TARTARUGA OU DE OUTRAS ESPÉCIES

Mistura-se várias gemas (a quantidade só depende de quantos comensais houver) a certa quantidade de farinha de trigo, suficiente para conseguir-se a consistência de massa. Acrescente-se açúcar e uma co-

lher de chá de fermento. Despeje a massa numa frigideira até que ela alcance cerca de um centímetro de altura ou de espessura. Mas antes já se untou a frigideira com manteiga fresca de gado. Leva-se ao fogo até que fiquem bem fritas as duas faces da massa. Coma ainda quente ao café, na merenda ou em hora afastada das refeições ordinárias.

Observação: os ovos da tartaruga fluvial (qualquer espécie) são indigestos quando comidos em quantidade superior a dez. Do fato de ser muito gorduroso (a gema alcança mais ou menos oitenta por cento do conteúdo, superior à clara), nunca se deixa de acrescentar sal em comidas mais simples do tipo de ovos cozidos simples.

MUJANGUÊ

Comida de circunstância, para pescadores, caçadores, trabalhadores, remadores etc. É preparada com os ovos (clara e gema) da tartaruga ou taracaiá (tracajá), simplesmente com açúcar, água e farinha. Tudo muito bem mexido, mas não engrossado, ficando mais pendendo para beberagem. É fortificante, mas indigesta se comida em excesso. Também se consegue o mesmo prato com ovos de gaivota da região. É principalmente na época da desova das tartarugas, em setembro-outubro, nas praias, que o povo ali reunido aprecia a comida, regada com jeribita.

ABUNÃ

Mexido de ovos de tartaruga, taracaiá (tracajá) ou muçuã com farinha-d'água e açúcar para ficar bem amarelinho. Não vai ao fogo e nem cozinha. É comida da estação seca, da época das virações da tartaruga. Muito indigesta precisa de sal.

Um desses pratos matou o primeiro governador português da Capitania de São José do Rio Negro, quando viajava em canoa para posse. Morreu entupigasgado em Parintins.

FAROFA DE OVOS DE TARTARUGA OU DE TARACAIÁ (TRACAJÁ)

Cozinhe vários ovos de quelônios, depois os descasque e vá misturando com farinha seca torrada e amassando ao mesmo tempo pedaços de ovos com porções de farinha e sal. Obtém-se uma farofa macia e de bom gosto, que pode servir de conduto a qualquer refeição mesmo que não seja de tartaruga. É mais ou menos indigesta se comida sem precaução.

PASTELÃO OU TORTA DE TARTARUGA

Ingredientes: ovos de tartaruga ou qualquer outro quelônio, menos de matamatá e muçuã, com as gemas bem batidas com um pouco de sal. Polvilho de mandioca fresca. Cortem-se palmito, pimentão, pimenta-murupi (uma ou duas, não mais), cheiro-verde e alfavaca. Junte-se carne moída da tartaruga, em quantidade não muito excessiva. Faça o refogado da carne moída com os temperos vegetais, usando manteiga de gado. Quando o refogado estiver pronto, cheirando bem, deite-se o polvilho de mandioca na vasilha onde bateu os ovos de tartaruga (só as gemas!), misture bem até formar uma massa maleável. Ponha um pouco dessa massa no fundo da frigideira e adicione uma camada do refogado; outra camada da massa de ovos e assim sucessivamente até obter um pastelão da espessura de duas polegadas. Não se esqueça de pôr um dedinho de banha de tartaruga derretida no refogado, ela passa

por ser o condimento básico de qualquer prato típico regional. Sirva quente ou frio com qualquer outro tipo de refeição.

CABIDELA DE TARTARUGA OU TARACAIÁ (TRACAJÁ)

Retira-se o sangue da tartaruga ou tracajá. Reserva-se com algumas gotas de vinagre de vinho branco. Algumas gotas, apenas. Corta-se o fígado e o restante dos miúdos e deixa-se de molho com água de limão por uns dez a quinze minutos. Cortam-se as patinhas, escalda-se para retirar as peles. A seguir tempera-se com sal, alho pisado, pimenta-do-reino, pimenta-murupi, cebola, tomate, pimentão cortado em rodelas e alfavaca. Deixa-se refogar e mistura-se com o fígado e o restante dos miúdos, colocando-se um pouco d'água. Deixa-se ferver até que amoleça. Em seguida molha-se uma porção (duas xícaras das de chá) de farinha seca e mistura-se ao sangue. Bate-se no liquidificador com um pouco d'água para que fique bem diluído. Mistura-se com as patinhas que já devem estar cozidas, mexe-se bem, deixa-se cozinhar por uns cinco minutos. Serve-se quente com arroz branco.

Fazendo farinha. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

Caldeirada de bodó. Foto de autor ignorado, retirada da internet.

ROL DE ANIMAIS COMESTÍVEIS

V

Tartaruga (quelônio)
Capitari (quelônio)
Taracaiá ou tracajá (quelônio)
Cabeçudo (quelônio)
Muçuã (quelônio)
Matamatá (quelônio)
Iaçá (quelônio)
Zé Prego (quelônio)
Jabuti (quelônio)
Tapir (anta que fornece carne e banha)
Paca
Capivara
Veado (várias espécies)
Caititu (porco-do-mato)
Queixada (porco-do-mato)
Mucura ou Sariguê
Onça
Jaguatirica (gato-do-mato)
Gato Maracajá (gato-do-mato)
Rato Coró (uma espécie do mato do tamanho da cutia)
Furão
Raposa
Esquilo
Guaxini
Tamanduá-bandeira

Iauara (cachorro-do-mato, selvagem)
Tatupêua (tatu-bola)
Quati
Lontra
Ariranha
Tatu-canastra
Arara
Papagaio (várias espécies)
Jacu
Tucano (várias espécies)
Aracuã
Cigana
Cujubim
Inambu
Macucaua
Mutum
Pomba (várias espécies)
Uru
Arapapá
Carão
Frango-d'água
Jaburu
Jacamim
Saracura
Ema (campos de Borba)
Mergulhão
Unicórnio
Seriema
Pato-do-mato
Marrecas
Jacaré-tinga
Camaleão

Jacuraru
Jia
Pirapitinga (peixe)
Aramaçá (peixe)
Acarauaçu (peixe)
Tambaqui (peixe)
Tucunaré (peixe)
Pescada (várias espécies) peixe
Pacu (peixe)
Sardinha do rio (peixe)
Piranha (três espécies) peixe
Peixe jaraqui (peixe)
Curimatã (peixe)
Jatuarana (peixe)
Matrinxã (peixe)
Jacundá (peixe)
Taraíra (peixe)
Acari (peixe)
Mandi (peixe)
Mapará (peixe)
Piramutaba (peixe)
Pacu (peixe)
Bodó (peixe)
Dourado (peixe)
Surubim (peixe)
Pirarara (peixe)
Cuiú-cuiú (peixe)
Piracatinga (peixe)
Piraíba (peixe)
Piraurucu (pirarucu) (peixe)
Caranguejo (crustáceo)
Camarão (crustáceo)

Caracol (molusco)
Raia ou arraia (de várias espécies)

OBSERVAÇÃO FACETA

VI

Os quelônios estão sendo proibidos na alimentação ordinária, pelo menos em Manaus, onde o Ibama exerce rigorosa fiscalização, incluso nos aeroportos por onde costuma passar a tartaruga já desfeita e conservada no gelo. Para iludir aos fiscais o povo costuma chamar a esse tipo de contrabando interno "jaraqui de capacete", porque assim é passada, envolta em plástico, a carne do quelônio.

Numa região tão rica em espécimes animais e vegetais recomendados à alimentação ordinária, simples ou compósita, não pode o homem morrer de fome. Pelo menos isto não acontece nas zonas rurais onde a fartura de peixe e de caça, além das frutas e raízes, dá ao habitante condições de vida e de saúde muito mais perfeitas do que ao citadino acostumado a comer sofisticados pratos. Muitas vezes a cozinha do homem rural não passa de um quarto de caça ou um peixe escasso, acompanhado com farinha e pimenta, moqueado ou frito. E com isso ele passa o dia inteiro, rema horas e horas ou roça seu campo.

Faça um teste com as receitas propinadas, coma satisfatoriamente e depois tire uma pestana e sonhe com os anjos, porque evidentemente não há nada melhor do que comer uma comida simples, saborosa e vitaminada.

REFERÊNCIAS

Mário Ypiranga Monteiro. "Alimentos preparados à base de mandioca". *Revista Brasileira de Folclore*, n.º 5, ano III, Rio de Janeiro, 1963.

Paul Le Cointe. *A Amazônia Brasileira*, São Paulo, 1944.

Cônego Francisco Bernardino de Souza. *Lembranças e Curiosidades do Vale do Amazonas*. Pará, 1873.

TÍTULOS PUBLICADOS

- "Kréstos, o tísico do Golgotha", in *Revista Vitória-Régia*, ano I, n.º 7, agosto, 1932.
- "Ayuricaba (ensaio para o Rhapsodia Selvagem)", in *Revista Vitória - Régia*, ano II, n.º 9, outubro, 1932.
- "A vingança da Cobra-Grande", in *Revista Fru-Fru*, ano III, n.º 26, Rio de Janeiro, 1933.
- "Alma Cobarde (elocubrações)", in *Revista Vitória-Régia*, ano III, n.º 19, dezembro, 1933.
- "Zé Gomes", in *Revista Fon-Fon*, ano XXVII, n.º 34, agosto, 1933.
- "O segundo vedanti", in *Revista O Malho*, ano XXXII, n.º 1.582, abril, 1933.
- "Estava vingado", in *Revista O Malho*, ano XXXII, n.º 4, junho, 19 33.
- "Um prego num crânio", in *Revista O Malho*, ano XXXIII, n.º 72, outubro, 1934.
- "Letras da Amazônia", in *Revista Vitória-Régia*, s/d.

– "Manuel Torto", conto amazônico. *Revista Vitória-Régia,* Manaus. 1937.
– "A musa heráldica de Raimundo Monteiro", ensaio. *Revista A Selva*, Manaus. 1938.
– O Aguadeiro. Manaus: Serviço de Estatística do Amazonas (edição mimeografada) 1944.
– "O 'Colombo' de Madariaga", in *Inúbia*, ano 1.º dezembro, 1944.
- "Fundação de Manaus" in *Revista do Arquivo Municipal de São Paulo*, v. XCVII, Seção "Publicações," 1944.
– "Fundação de Manaus" in *Boletim do Ministério do Trabalho, Indústria e Comércio*, n.º 7, ano X, Seção "Povoamento," maio de 1944.
– Introdução à História dos Carros-de-bois no Amazonas. Manaus. (edição mimeografada). 1945.
– "O Estado Social do Índio Brasileiro". Conferência realizada em Porto Velho, no dia do índio, a convite do SPI, Manaus. 1946.
– In memoriam de Cid Lins (Ensaio literário). Manaus. 1946.
– Aspectos evolutivos da Língua Nacional (Ensaio crítico). Manaus. 1946.
– O Aguadeiro. 1.ª edição, ilustrado. Manaus. 1947.
– "História das Ruas de Manaus". *Jornal do Comércio*, Manaus. 1948.
– Fundação de Manaus, 1.ª edição. Manaus. 1948.
– Elementos de Geografia Geral. 1.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1948.
– "História dos Carros de Bois no Amazonas", *Diário Oficial,* Manaus, edição n.º 15.827, ano LV. 1948.
– "Crônica da Cidade Velha", in *Revista Amazônida*, vários números. Manaus. 1948.
– O espião do Rei (Crônica histórico-novelesca). Ilustrado. Manaus. 1950.
– Elementos de Geografia Geral. 2.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1950.
– Elementos de Geografia Geral. 2.ª edição. 2.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1950.

- Elementos de Geografia Geral. 2.ª edição 1.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1950.
- Folclore amazônico. 1.ª série. Manaus. 1950.
- Quarta Orbis Pars (A Quarta parte do mundo) – Cristóvão Colombo. Edição do I.G.H.A. Manaus. 1951.
- "A Epopeia Lusíada na Amazônia" (Comunicação), in *Revista da Sociedade de Geografia de Lisboa*, ilustrado, Lisboa, Portugal. 1951.
- A Capitania de São José do Rio Negro. In: IX Volume dos Anais do IV Congresso de História Nacional. Rio de Janeiro. 1951.
- "Fundação de Manaus" (resumo), in *Boletim da Sociedade de Geografia de Lisboa*, n.º 11-12, 1951.
- O complexo gravidez - parto e sua consequências (folclore amazônico). Manaus. 1952.
- Fundação de Manaus. 2.ª edição. Manaus. 1952.
- "Dabacuri" (comunicação). *Revista Oltremare*, Roma, Itália, ilustrado. 1952.
- "Tesouro Enterrado", in *Boletim de la Asociacion Tucumana de Folklore. Tucumán*, República Argentina, n.º 29/30, Ano III, Vol. II. Set./ Out., p. 55/60. 1952.
- "Fundação de Manaus" (resumo), in *Revista Municipal e Institucional de Cuba, Havana*, Caderno n.º 4, de 1952.
- "Rimas Infantiles. Folklore Amazônico" (comunicação), in *Revista Tradicion*, Cuzco, Peru. 1953.
- "A importância da Associação Comercial na Cultura Amazônica", in *Boletim da Associação Comercial do Amazonas*, ano XIII, n.º 144, julho, 1953.
- A Capitania de São José do Rio Negro. 2.ª edição. Manaus. (Tese de História Nacional, aprovada com louvor no 1º Congresso de História Nacional no Rio de Janeiro). 1953.
- "Aiuricáua" (Comunicação), in *Revista Oltremare*, Roma, Itália. 1954.

- "Apuntes Históricos del Municipio de Manaus", in *Cuadernos de História Municipal e Institucional*, La Habana, Cuba, n.º 10. 1954.
- "São Vicente de Paula". In: Palestra proferida na sede da Sociedade em julho, 1954.
- "As festas do Espírito Santo", in *Literatura Portuguesa*, de Herbert Palhano, Rio de Janeiro. 1954.
- Elementos de Geografia Geral. 3.ª edição revista. 1.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1955.
- "Il Conte Ermanno Stradelli e gli Amazonici" (Comunicação), in *Revista Oltremare*, Roma, Itália. 1955.
- Duas Danças Amazônicas (Arara e Desfeiteira). Ilustrado. Manaus. 1955.
- "Entre a legenda e o conceito", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, Manaus, n. º 4, dezembro, 1955.
- "Os Ídolos" (Santos e Heróis) – Ensaio sobre a militância do Homem, in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, Manaus, s/n, fevereiro, 1955.
- Memória sobre a cerâmica popular do Manaquiri. Ilustrado. Rio de Janeiro: Inpa. 1957.
- O regatão (Notícia histórica, primeira parte). Ilustrado. Manaus. 1957.
- Elementos de Geografia Geral. 4.ª edição. 1.ª série, ciclo 1.º Manaus. 1957.
- Geografia Geral, 2.º ciclo (1.º clássico e científico). Manaus. 1958.
- "Pour "voir" le Mimbáua" (comunicação), in *Jornal Tapejara*, Ponta Grossa, Paraná. 1958.
- A Catedral Metropolitana de Manaus. Ilustrado. Manaus. 1958.
- Geografia Regional. 2.ª série, Curso Colegial. Manaus. 1959.
- Geografia Geral. 1.ª série, curso ginasial. 5.ª edição refundida e atualizada. Manaus. 1959.

– "Cariamã". Pubertatsritus der Tucano Indianer. *Sonderdruck Zeitschrift für Ethnologie*, Bd.85, Heft 1, Braunschweig. Hamburgo, Alemanha. 1960.
– "Os falsos intérpretes da Amazônia", in *Jornal "A Gazeta"*, Manaus, vários números. 1960.
– "Brinquedos de manja," in *A Gazeta*, São Paulo, 23.7.1960.
– "Festa dos Cachorros" in *Revista Brasileira de Folclore*, 29-43, ano I, n.º 1, setembro/dezembro, Rio de Janeiro. 1961.
– "Festa de São Joaquim no alto Uaupés", in *A Gazeta*, São Paulo, edições de 13 de março e 1. º de abril de 1961.
– Alimentos preparados à base da mandioca. *Revista Brasileira de Folclore*, Rio de Janeiro, n.º 5, ilustrado. (Prêmio Silvio Romero de 1962). 1963.
– "Jornal de Folclore", in *Jornal "A Gazeta"*, Manaus. 1963.
– "Murucututu", in *O Jornal*, edição de 2 de junho, Manaus. 1963.
– "Marapatá", in *O Jornal*, edição de 9 de junho, Manaus. 1963.
– O sacado (Morfodinâmica fluvial). Ilustrado. Manaus: Inpa. (Prêmio Estelita Tapajós, do Governo do Estado do Amazonas de 1966). 1964.
– Roteiro do folclore amazônico. Ilustrado. Manaus. Tomo 1.º (Prêmio Estelita Tapajós, do Governo do Estado do Amazonas de 1965). 1964.
– "Entre Colunas", *O cinzel*, ano I, n.º 2, julho, 1964.
– Antropogeografia do guaraná. Ilustrado. Manaus: Inpa. 1965.
–"Ceramografia amazônica", in *Revista de Antropologia do Ceará*, Fortaleza, n.º 5, ilustrado. 1965.
– Teatro Amazonas. Ilustrado. Manaus. 1.º volume. 1965.
– Folclore da Maconha, ilustrado, Inpa, Rio de Janeiro. 1966.
– "A Muhraida", in *Jornal de Letras*, n.º 193/194, maio de 1966.
– Teatro Amazonas. Ilustrado. Manaus. 2.º volume. 1966.
– Teatro Amazonas. Ilustrado. Manaus. 3.º volume. 1966.

- "O Arruador," artigo in *Jornal do Comércio*, 14/20 de junho, Manaus, 1967.
- "Comandante de Praia & Tabuleiros," artigo in *Jornal do Comércio*, 4/20 de junho, Manaus, 1967.
- "The Influence of Intellectuals in the Evolution of Brazil" (Comunicação), Alabama, USA. 1968.
- "A Academia Amazonense de Letras", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano XLVIII, n.º 12, julho, 1968.
- Roteiro histórico de Manaus (História das ruas de Manaus), in Jornal *A Crítica*, Manaus. (caderno especial), 1969.
- "Em memória de Th: Vaz", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano XLVII, n.º 14, dezembro, 1969.
- "Álvaro Maia, o educador", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano XLVII, n.º 14, dezembro, 1969.
- "Araújo Filho e a poesia do direito", in *Revista da Academia Amazonense de Letras,* ano L, n.º 15, dezembro, 1970.
- História do monumento da Praça de São Sebastião. Ilustrado. Manaus, 1972.
- Teatro Amazonas. Ilustrado. Manaus. (Série Turismo), 1972.
- Comidas e bebidas regionais. Ilustrado. Manaus. (Série Turismo), 1972.
- Manaus: sua história. Ilustrado. Manaus. (Série Turismo), 1972.
- Danças dramáticas. Ilustrado. Manaus. (Série Turismo), 1972.
- Fundação de Manaus. 3.ª edição, ilustrada. Rio de Janeiro: Conquista, 1972.
- Elogio Histórico da Polícia Militar do Amazonas (1837-1973). In: Conferência, Manaus, 1973.
- Roteiro do Folclore Amazônico. Ilustrado. Manaus. 2.º tomo, 1974.
- Artesanato Popular. Ilustrado. Manaus. (Série Turismo), 1974.
- "Alusão, Epígrafe & Plágio", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano LV, dezembro, 1974.

– Fatos da literatura amazonense. Manaus: Universidade do Amazonas, 1976.
– História da Cultura Amazonense. Ilustrado. Manaus. 1.º volume, 1977.
– Fases da literatura amazonense. Ilustrado. Manaus: Universidade do Amazonas, 1977.
– O Aguadeiro. 2.ª edição ilustrada. Manaus. (Edição comemorativa dos cinquenta anos de vida literária do autor). 1977.
– Danças Folclóricas Singulares do Amazonas, em parceria com Marita Socorro Monteiro ilustrado, edição *Livrornal*, Manaus, 1979.
– "Capela do pobre-diabo". Manaus: Conselho Permanente de Defesa do Patrimônio Histórico do Estado do Amazonas. (Série Memória), 1980.
– Síntese Histórica da Polícia Militar do Amazonas. 2.ª edição ilustrada. Manaus, 1981.
– Dona Ausente. Manaus. (Poema ilustrado com desenhos originais de Amilde Pedrosa), Manaus, 1981.
– História do monumento à Província do Amazonas. Ilustrado. Manaus, 1981.
– "Elogio sentimental dos bichos amazônicos" (Entre a biologia e o folclore), poemas, in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, n.º 19, Manaus, 1981.
– "Programa histórico - estético da igreja de São Sebastião". *Revista da Academia Amazonense de Letras*, n.º 29, Manaus, 1981.
– "Um livro sobre Camões", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano LXIII, n.º 18, julho, 1981.
– "Carros & Carroças de Bois". Ilustrado. Manaus. (edição da União Brasileira de Escritores - seção do Amazonas). 1982.
– "Oratório e Rosário". In: *Antologia do Folclore Brasileiro de Américo Pellegrini Filho*, 1982.

- Elogio Sentimental dos Bichos Amazônicos (Entre a Biologia e o Folclore), poemas. Separata da *Revista da Academia Amazonense de Letras*, Manaus, 1982.
- "As sentinelas perdidas", in *Jornal de Cultura*, outubro, 1982.
- Cultos de Santos & Festas Profano-Religiosas. Ilustrado. Manaus: Edição da Suframa, 1983.
- Álbum Cartográfico dos Municípios do Estado do Amazonas. Manaus. Governo do Estado (colaboração nos Estudos Geográficos), 1983.
- "Abguar Bastos – sessenta anos de literatura", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano LXV, n.º 19, fevereiro, 1983.
- Gotas de Sangue, poemas. Separata da *Revista da Academia Amazonense de Letras*, n.º 20. Manaus, 1986.
- Aspectos da Cultura Amazônica. Separata da *Revista do Conselho de Cultura do Amazonas*, n.º 1. Manaus, 1986.
- Notas sobre a Imprensa Oficial do Estado do Amazonas. Ilustrado. (Edição comemorativa dos 90 anos da criação da Imprensa Oficial, Manaus), 1986.
- Elogio do Lixo. Artesanato Popular. Ilustrado. Manaus, 1986.
- A presença do Índio na Cultura Amazonense. Ilustrado. Manaus. (Edições Nheenquatiara), 1986.
- Guerra Junqueiro e os conflitos pareados, in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, Manaus, 1986.
- Guerra Junqueiro e os conflitos pareados. Ilustrado. Manaus. (Edições Nheenquatiara), 1986.
- Sadoc Pereira, poeta satírico. Manaus (Edições Nheenquatiara). 1986.
- A renúncia do Dr. Fileto Pires Ferreira. Ilustrado. Manaus. (Edições Nheenquatiara) 1986.
- Dr.Adelino Cabral da Costa (escorço biográfico). Ilustrado. Manaus (Edições Nheenquatiara), 1986.

- Cinopopeia ou a vida airada de Mc Gregor II. Ilustrado. Manaus (Edições Nheenquatiara), 1986.
- "Teatro Amazonas". *Folha do Patrimônio n.º 01*, ilustrado. Manaus (Edição resumida em comemoração aos 90 anos do Teatro Amazonas), 1986.
- "Um livro nocivo". Ma forrêt au bord du grand fleuve. Manaus (Edições Nheenquatiara). 1986.
- "Plantas medicinais e suas virtudes", in *Acta Amazonica*, Manaus, Inpa, 18 (1-2), 357366, 1988.
- "História faceta de Manaus", in *Jornal do Comércio* e *A Crítica* vários números. Manaus. 1988.
- "Teque-Teque, palita barata e outros tipos de mascates". Manaus. Conselho Estadual de Defesa do Patrimônio Histórico e Artístico do Amazonas. (Série Memória n.º 12), 1988.
- "Da capacidade ociosa do escravo forro às formas judicativas de contorná-la". In: Conferência proferida em Belém do Pará, no seminário pró-abolição. 1988.
- A ceia dos cozinheiros. Comédia em verso, um ato. Manaus. (Edições Nheenquatiara). 1989.
- Memória sobre o Aereoclube do Amazonas. Ilustrado. Manaus. 1989.
- Negritude & Modernidade (Eduardo Gonçalves Ribeiro). Ilustrado. Manaus, 1989.
- História do Monumento da Praça de São Sebastião. 2.ª edição ilustrada. Manaus, 1989.
- "A expressão da verdade" (Dendrolatria), in *Jornal do Comércio*. (Caderno A Selva), 1991.
- "Dois romances populares". In: *Estudos de Folclore em homenagem a Manuel Diegues Junior*, 1991.
- "A transição do Império para a República", in *Revista da Academia Amazonense de Letras*, ano LXVIII, n.º 21, 1992.

– Fundação de Manaus. 4.ª edição ilustrada e aumentada. São Paulo: Editora Metro Cúbico, 1995.
– Mocidade viril - 1930 - O motim ginasiano. Ilustrado. Manaus. 1995.
– Cobra-Grande (Lenda-Mito). Ilustrado. São Paulo: Editora Hamburg, 1996.
– Teatro Amazonas. Ilustrado. Manaus: Sebrae. 4.º volume. 1997.
– Dalila, mimo. Folclore regional. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas, 1997.
– O Tigreiro. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas, 1997.
– Gotas de Sangue. Segunda tiragem da Academia Amazonense de Letras. Manaus, 1997.
– Fatos da Literatura Amazonense. 2.ª edição ilustrada. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas, 1998.
– História da Cultura Amazonense. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas. 2.º volume, 1998.
– Roteiro Histórico de Manaus. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas. 1.º e 2.º volumes, 1998.
– O Atravessador. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas, 1999.
– História da Igreja de São Sebastião. Ilustrado. Manaus, 1999.
– Elementos folclóricos na poética de Antônio Nobre. Manaus: Imprensa Universitária, 1999.
– História do Monumento à Província. 2.ª edição ilustrada. Manaus. Editora da Universidade do Amazonas, 1999.
– "A Capela do Pobre-Diabo". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura e Turismo, Série Memória 1, 1999.
– "Teque-Teque, Palita Barata e outros tipos de mascates". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 10, 1999.

– A Capitania de São José do Rio Negro. 3.ª edição ilustrada. Manaus: Valer Editora. 2000.
– "Veículos (individuais) utilizados em Manaus nos séculos XVI a XIX". Manaus: Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 32, 2000.
– "Teatro Amazonas" (I). Manaus: Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 36, 2000.
– "Teatro Amazonas" (II). Manaus: Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 37, 2000.
– "Teatro Amazonas" (III). Manaus: Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 38, 2000.
– "Teatro Amazonas" (IV). Manaus: Secretaria de Estado da Cultura e Turismo. Série Memória 39, 2000.
– Iurupari e seus princípios. Manaus: Editora da Universidade do Amazonas, 2001.
– "A César o que é de César", in 332 anos de Manaus – História e Verdade. Instituto Geográfico e Histórico do Amazonas. Manaus, 2001.
– Dois romances populares. Coleção Documentos da Amazônia n.º 19. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– O Estado Social do Índio Brasileiro. Coleção Documentos da Amazônia n.º 20. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– Guerra Junqueiro e os conflitos pareados. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 21. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– Sadoc Pereira, poeta satírico. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 26. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– Presença do Índio na Cultura Amazonense. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 30. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.

- Elogio Histórico da Polícia Militar. Coleção Documentos da Amazônia n.º 34. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Folclore Afro-Negro no Amazonas. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 35. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Teatro Amazonas. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 36. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Manaus sua história. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 37. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Um livro nocivo. Ma Forêt Au Bord Du Grand Fleuve. Coleção Documentos da Amazônia n.º 38. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- A renúncia do Dr. Fileto Pires Ferreira. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 39. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Notas sobre a Imprensa Oficial do Estado do Amazonas. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 40. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- In Memoriam de Cid Lins. Coleção Documentos da Amazônia n.º 44. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Alimentos preparados à base da mandioca. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 45. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Folclore Amazônico. Coleção Documentos da Amazônia n.º 46. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Comidas e bebidas regionais. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 47. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
- Folclore: Danças Dramáticas. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 48. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.

– Artesanato Popular. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 49. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– Etnografia Amazônica. Ilustrado. Coleção Documentos da Amazônia n.º 51. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– Complexo gravidez–parto e suas consequências. Coleção Documentos da Amazônia n.º 56. Edições Governo do Amazonas, Manaus, 2001.
– "O recheio das casas nos séculos XVII e XIX". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 88, novembro, 2002.
– "Sobre os ornamentos das praças". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 93, novembro, 2002.
– "Os piratas do rio Madeira (Caiari)". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 94, novembro, 2002.
– "De como se realizavam os dançarás nos séculos XVIII a XX". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 95, novembro, 2002.
– "Os divertimentos públicos de antanho". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 112, novembro, 2002.
– "Assepsia corporal das damas do passado". Manaus. Secretaria de Estado da Cultura, Turismo e Desporto. Série Memória 118, novembro, 2002.
– O Espião do Rei. 2.ª edição, revista e ampliada. Manaus. Série Mário Ypiranga. Valer Editora, 2002.
– A Capitania de São José do Rio Negro. 4.ª edição ilustrada. Manaus: Série Mário Ypiranga. Valer Editora. 2002.
– Teatro Amazonas. 2.ª edição. Manaus. Série Mário Ypiranga. Governo do Estado do Amazonas. 2003.

– Boi-bumbá. História, análise fundamental e juízo crítico. *Roteiro do Folclore Amazônico*. Manaus: Edição do autor, 2004.
– Rondas Infantis. *Roteiro do Folclore Amazônico*. Tomo V. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, 2006.
– Crendices & Superstições. *Roteiro do Folclore Amazônico*. Tomo III. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, 2006.
– Lengalengas e Matracas. *Roteiro do Folclore Amazônico*. Tomo VII. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, 2006.
– Brigues e Nau Catarineta. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, 2006.
– Arquitetura. *Tratado sobre a evolução do prédio amazonense*. Manaus: Edição da família do autor, 2006.
– Pastoral e Pastorinhas. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, Editora Valer, Academia Amazonense de Letras e a família do autor, 2009.
– Folguedos Populares. *Roteiro do Folclore Amazônico*. Tomo IV. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, 2010.
– Papagaio de papel. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade Federal do Amazonas, Edua, 2010.
– O Pescador. *Histórias, instrumentos, técnicas e folclore*. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade Federal do Amazonas, Edua, 2010.
– Escravidão Indígena. *O trabalho escravo e legal na Amazônia*. Ilustrado. Manaus: Editora da Universidade Federal do Amazonas, Edua, 2010.
– História do monumento da praça de São Sebastião. Ilustrado. Manaus: Governo do Estado do Amazonas, Coleção Documentos da Amazônia, Documento n.º 147. 2012.
– A Catedral Metropolitana de Manaus. 2.ª edição. Ilustrado. Manaus: Concultura, Manauscult. 2012.
– História do monumento à Província. 3.ª edição. Ilustrado. Manaus: Edições Governo do Estado. 2012.

– História da Igreja de São Sebastião. 2.ª edição. Ilustrado. Manaus: Edições Governo do Estado. 2012.

– Histórias facetas de Manaus. Anedotas envolvendo figuras amazonenses. Ilustrado. Manaus: Edições Governo do Estado. 2012.

– Fundação de Manaus. 5.ª edição. Ilustrado. Manaus: Edições Governo do Estado. 2012.

TEATRO: *Alvorada redentora*. Episódio da Revolução de 1835, pela autonomia do Amazonas. Representado ao ar livre na avenida de Eduardo Ribeiro, em 1951, pelo grupo dramático de Américo Alvarez.

NOVELA: *A noite do passado*. Novela posta no ar em 1950 pela Rádio Baré com seu cast chefiado por Josafá Pires.

ROMANCE POLICIAL: *O mistério do solar Maglione*. Publicado em capítulos no jornal *A Gazeta*, Manaus.

DISCO: *Inceléncias*. Disco animado pela cantora Ely Camargo. Cantigas do povo. Água da Fonte. Edições Paulinas, 1983. São Paulo.

– *Inceléncias*. Disco animado por Vozes Bugras, 2012, São Paulo.

POESIAS MUSICADAS: Tem várias de suas poesias musicadas pelo Núcleo de Teatro Jiquitaia, coordenado por Mauri Marques.

ESTE LIVRO FOI IMPRESSO EM MANAUS,
NA GRÁFICA ZILÓ EM MAIO DE 2014. O
PROJETO GRÁFICO – MIOLO E CAPA – FOI
FEITO PELA **EDITORA ZILÓ**.

AVISO

A disponibilização (gratuita) deste acervo, tem por objetivo preservar a memória e difundir a cultura do Estado do Amazonas. O uso destes documentos é apenas para uso privado (pessoal), sendo vetada a sua venda, reprodução ou cópia não autorizada. (Lei de Direitos Autorais - Lei nº 9.610/98). Lembramos, que este material pertence aos acervos das bibliotecas que compõem a rede de bibliotecas públicas do Estado do Amazonas.

EMAIL: ACERVODIGITALSEC@GMAIL.COM

Secretaria de
Estado de Cultura

CENTRO CULTURAL DOS
POVOS DA AMAZÔNIA